

高松市立太田小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

自己を拓き ともに生きる 心豊かな児童の育成
～素直でやさしい子 考えて活動する子 がんばりぬく子～

【本校の課題】

- 男女とも握力、20m シャトルラン、ボール投げでは県・全国平均を下回っている。
- 1～6年生において、総合得点で県・全国平均の値を下回っている。
- 5年生男女とも、1週間の総運動時間が全国平均を下回っている。
- 学年が上がるにつれて、外遊びをする時間が減ってきている。

【現状】

業間や昼休み等には元気よく運動場や遊具で遊んでいる児童も見られる。外遊び時間を調べると、学年を上がるごとにだんだんと外で遊ぶようになってきている。高学年は委員会活動などの仕事で時間がとりにくい実態もある。また、多くの子どもたちがボールを使った遊びはドッジボールやおにごっこが中心で、遊具などで遊ぶのは低学年である。

【取組み】

チャレンジカードの実施

運動大会が終わったの6月から、チャレンジカードを実施して、体力づくりをする。体育の時間の準備運動や補助運動としても活用する。

登り棒や鉄棒は筋力アップが期待できる。ラダーは、多様な動きの元になる瞬発力や敏捷性が身につく。カードの内容に変更し



太田っ子チャレンジの実施(持久走)

11月中旬・12月・1月の業間休みに持久走を実施している。低・中・高学年に外周を分けて安全面・体力面に配慮している。カードの達成者を掲示板で紹介し、賞賛する場を設ける。

いっぱい遊ぼう週間 体力向上委員会

学期ごとに、外で遊ぶ時間が増えるように、遊びの時間を調べて、多遊んだクラスを紹介したり、賞状を渡したりする。



クラスマッチ種目の実施

3年生以上は積極的に行うよう、啓発する。仲間づくりに有効であることを知らせる。

水泳(7月)、縄跳び(2月)は実施する



【目標】

- 外遊びが好きで、進んで体力づくりをするたくましい児童の育成をする。
- 1週間総運動時間の平均をH28年度までに前年度の10分を上回るようにする。
- 体育の授業が「好き」と答える児童の割合をH28年度中に5%上げて、78%にする。