

高松市立古高松小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

豊かな心を持ち、夢に向かってチャレンジし、たくましく生きる子どもの育成

【本校の課題】

- 平成27年の全国体力・運動能力、運動週間等調査の結果から、5年生男女共に総合得点が全国平均を下回っていることが分かる。その中でも、特に男女共に反復横とびと握力、男子ではソフトボール投げ、女子では20mシャトルランの数値が低く、課題が明らかである。
- 質問紙の調査結果を見ると、小学校入学前から運動が苦手と感じている児童が多いことから、体育授業における基礎的・基本的な動きや体力を身に付け、できる経験を増やしていく必要があると考えられる。

【現状】

- 休み時間を楽しみにして、毎日元気に体を動かしている児童がいる反面、運動することが嫌い・苦手であることを理由に、一週間の内で外に出て遊ぶ時間を全くもたない児童も多くいる。また、外遊びをしている児童は、サッカーをしている児童がほとんどで、その他の児童は運動場の端の方で一輪車や竹馬、鬼ごっこをしている。運動する児童とそうでない児童の二極化が進んでいるとともに、遊びの内容や遊び仲間が固定化されていることも課題である。

基礎体力の向上

前年度活用していたなわとびカードを見直し、より一層主体的になわとび運動に取り組めるようにする。また、「さぬきっこパワーみんなでチャレンジ」のうち、ペアやグループによる運動に挑戦し、記録を目指しながら体力の向上を図っていききたい。

遊びの推奨

毎週水曜日を「ロング昼休み」として設定し、昼休みの時間を45分に延長してしっかりと遊ぶことができるようにする。また、毎昼休みに学年ごとに体育館を開放し、運動できる時間と場所を確保している。

表彰による意欲の向上

水泳、なわとび、持久走の取り組みにおいて、各学年団で達成目標・基準を設定し、児童のがんばりや目標達成に対して合格証や達成賞として表彰する。継続して運動に取り組もうとする意欲・態度の育成を図る。

スポーツ委員会主催の運動企画

毎月1回程度昼休みに運動タイムとし、体育館でスポーツ委員会が企画した運動や遊びを楽しむことができるようにする。また、新体力テストを実施・計測を行い、自分の運動能力や体力に対しての関心を高めることができるようにする。

【目標】

- ペアやグループでの運動を取り入れることで、友だちと共に運動することの楽しさを味わわせ、さらに進んで運動しようとする意欲を高める。
- 合格賞や達成賞をその都度配布することで、自己有用感を高めるとともに、目標に向かってがんばろうとする態度を育成する。
- スポーツ委員会主催の活動を工夫し、握力・瞬発力の数値が昨年度より上回ることを目指す。