

高松市立中央小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

やる気が出る、認め合える、温かい学校

～児童・教職員/保護者がつくる楽しい学校～

【本校の課題】

- 男女とも、多くの学年で上体おこし・20mシャトルラン・ボール投げ・50m走の値が低く、県・全国平均値を下回っている。
- 6学年中5学年が、総合得点で県・全国平均値を下回っている。
- 全体的に体力の二極化の傾向が見られる。

【現状】

昼休み時間等には元気よく運動場で遊んでいる姿が見られるが、全校生が915名と多く、全校生が運動場で十分な時間遊ぶことができない状況がある。また、多くの子どもたちがボールを使った遊びが中心で、遊具などで遊ぶ姿はあまり見られない。

体育の授業においても、2クラス一緒に施設・用具を使っており、児童の活動時間を十分に確保するのが難しい。クラスマッチは、学年ごとに年間3回程度実施している。

【取組み】

体育の授業における中央小パワーアップ運動の導入

授業の準備運動において、新体力テストの結果で県平均値よりも劣っている体力について補強運動を実施する。かげふみ、うんてい、登り棒、手押し車など継続的に発達段階に応じて行う。

クラスマッチの実施

他のクラスと競い合うことで、体力を向上させる機会とする。学期ごとにクラスマッチの内容を計画し、実施する。児童の意欲を高めるために優勝・準優勝クラスに楯を贈り全校表彰する。

運動教室の実施

年間に数回、ボール投げ教室やなわとび教室等の運動教室を開き、運動のこつを紹介したり、運動に親しめるイベントを実施したりして、運動する機会を増やしている。また、縄跳び練習ボードも設置し、運動する環境面にも工夫する。

さぬきっ子みんなでチャレンジの実施

学期ごとに「チャレンジ種目」を設定し、ドッジキャッチや連続馬跳び、8の字跳びを授業や昼休みに実施し、記録を申請する。クラスごとやチームごとに記録証を作成し、表彰する。

【目標】

- 新体力テストの総合得点で、県・全国平均値との差を前年度よりも小さくする。
- クラスマッチやチャレンジ種目を通して運動に親しみ、自分の力を発揮するために自主練習に取り組むたくましい児童を育成する。