

高松市立国分寺北部小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

夢や希望をもち、21世紀をたくましく生きる人間を育てる

校訓（あいことば）：世界一でっかい夢 やりとげる根性 たくましいからだ

【本校の課題】

- 男女とも、多くの学年で握力、長座体前屈、ボール投げの値が低く、全国平均を下回っている。
- 2・3・4・6年生において、総合得点で全国平均の値を下回っている。
- 5年生男子の1週間の総運動時間が全国平均を下回っている。

【現状】

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、主に男子が遊んでいて女子はあまり見られない。

体育の授業においては、担任ごとに学習内容を設定して授業を行っているため、縄とびや水泳以外では、他のクラスと競い合うことができていない。

【取組み】

一校一運動

年間を通して、短縄跳びで（学年×1）分の時間、前跳びに取り組む。達成目標を低学年8割、中学年6割、高学年4割を設定し、達成した児童を掲示・表彰し意欲化を図る。



梅雨の時期の体育館開放

雨で運動場が使えない時にも運動ができるように昼休みに体育館を開放する。その際、子ども達にアンケートをとり、学年ごとにニーズに合った遊びの場を提供することで積極的に利用できるようにする。



国北っ子オリンピック

9月をマット運動、10月を跳び箱運動の強化月間とし体力の向上を図る。カードを作成し、達成者にはシールや賞状を渡すことで意欲化を図る。

| 学年 | 種目 | 記録 | 表彰 |
|-----|-------|-------|-----|
| 1年生 | マット運動 | 2分30秒 | シール |
| | 跳び箱 | 4分30秒 | 賞状 |
| | 縄跳び | 2分30秒 | シール |
| 2年生 | マット運動 | 2分30秒 | シール |
| | 跳び箱 | 4分30秒 | 賞状 |
| | 縄跳び | 2分30秒 | シール |
| 3年生 | マット運動 | 2分30秒 | シール |
| | 跳び箱 | 4分30秒 | 賞状 |
| | 縄跳び | 2分30秒 | シール |
| 4年生 | マット運動 | 2分30秒 | シール |
| | 跳び箱 | 4分30秒 | 賞状 |
| | 縄跳び | 2分30秒 | シール |
| 5年生 | マット運動 | 2分30秒 | シール |
| | 跳び箱 | 4分30秒 | 賞状 |
| | 縄跳び | 2分30秒 | シール |
| 6年生 | マット運動 | 2分30秒 | シール |
| | 跳び箱 | 4分30秒 | 賞状 |
| | 縄跳び | 2分30秒 | シール |

縄跳び強化月間

1・2月に朝の活動の時間や昼休みを使って長縄の八の字跳びを行う。低・中・高学年で各クラスの記録を集計し、ランキングを掲示し表彰したり、「讃岐っ子パワーみんなでチャレンジ」に参加したりする。期間中、なわとびカードを作成したり、ジャンピングボードを設置したりすることで短縄にも積極的に取り組めるようにする。

【目標】

- 自ら進んで運動に親しむ態度や能力を身に付け、心身を鍛える子どもを育てる。
- 今年度は、新体力テストのボール投げと長座体前屈の項目を全国平均の値に近づけるように、体育の授業の準備運動でそれに準ずる動きに取り組む。