

高松市立林小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

林を愛し、夢に向かって心豊かにたくましく生きる子どもの育成

【本校の現状と課題】

○ 全学年男女ともに、新体力テストでは、県・市平均を下回っている種目が多い。

特に、20mシャトルラン、握力に課題がある。

○ 運動に対する好き嫌いや運動能力は、二極化の傾向にある。また、上位の児童が少ない。

○ 比較的素直で、言われたことをやろうとする児童は多いが、自ら考えて、活動する児童が少ない。また、持続性に欠ける。

【取組み】

体力づくりの時間の設定

体育の授業の始めに、体力づくりの時間を設定することで、全校生が体力を高める運動に触れる機会を作る。

- ・ どのクラスも、体育の準備体操の後に鬼遊びなど持久力を高める運動を行う。
- ・ 毎月10日を「なわとびの日」として設定し、休み時間に全校生でなわとびに挑戦する機会を継続していく。クラスで長縄跳びにチャレンジしたり、教員も一緒に行ったりし、体を動かす楽しさを味わえるようにする。



なわとびや遊具への意欲を高める活動

体育委員会が中心となり、昼休みに体育的な活動を行う。

- ・ 毎週1回なわとびチャンピオン大会を開き、種目を持久系に限定することで参加した児童の体力向上をねらう。
- ・ 遊具チャレンジデーを設定し、雲梯でどれだけ進めたかをワークシートに記録していく。

チャンピオンになった児童や意欲的に取り組んだ児童を放送で紹介したり、賞状を渡したりすることで、意欲を高める。



【目標】

- 体育の授業の始めに体力づくりを行うことで、体力向上をめざし、男女ともに握力・20mシャトルランの記録を全国平均以上にする。
- 運動するきっかけを与えることで、自ら進んで運動したり、自身の生活に生かしたりして、運動に親しもうとする児童を増やすとともに、運動に取り組むことへの肯定感を、85パーセント以上にする。