

高松市立植田小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

自ら考え、共に学び、主体的に生きる人間性豊かな児童を育てる

【本校の課題】

- グラウンドの広さから走力に課題を抱える児童が多い傾向にある。
- 小規模校のため集団スポーツや球技の楽しさを味わう場面が少ない。

【現状】

休み時間等になると低学年を中心に中庭に出て、遊んでいる姿が見られる。その多くの児童がおにごっこやおりおりになど、走ることを中心とした遊びを楽しんでいる。しかし、中学年になると、中庭の広さでは物足りず、校舎から離れた運動場を使用している。しかし運動場への移動には時間がかかるため、しっかりと運動できる時間を確保できないような状況である。

【取り組みと基本的な方針】

- ・低学年では、遊びの運動を基本とし、調整力の育成を図り、器具や用具を使った運動へと発展させていく。
- ・中学年では、運動量や精神的発達を考え、ゲーム形式を取り入れた運動を多く取り入れる。
- ・高学年では、児童の個人差を考慮しつつ、心身の運動欲求を満足させるための質の考慮と運動量の確保を図る。
- ・全学年を通じ、準備運動や整理運動にストレッチ体操等の柔軟運動を多く取り入れる。

【実践の手立て】

- ・雨天時は、ペア学年ごとに体育館を開放する。（1、6年・2、4年・3、5年）
- ・年間を通じたジャンピングボードの設置
- ・体力づくりに努めた児童の積極的な表彰
- ・放課後の陸上練習（カモシカクラブ）
- ・放課後の水泳練習（イルカクラブ）
- ・校内水泳大会の実施
- ・長縄跳び大会（8の字跳びを2月第3週目2・3校時の間の休み時間に実施）

【目標】

- 体育の授業が好きと答える児童の割合を、令和4年度までに90%にする。
- マラソントイムを設けて走る力を高める。
- 昼休みにグラウンド（下運動場）の開放を積極的に行う。