

高松市立香南小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

自分や人やふるさと香南を愛する子どもを育てる

【本校の課題】

- 校区が広く、保護者の送迎で登下校している児童が多く、運動量が少ない。
- 新体カテストの20mシャトルランで県・全国平均の値を下回っている学年がある。

【現状】

休み時間には鬼遊びやドッジボールなどをして運動場で遊んでいる児童が多い。また、スポーツ少年団が盛んで、土日に練習に参加している児童も多い。

一方で、運動をすることを肯定的に捉えられず、毎日図書室や教室で過ごしている児童もいる。運動をする児童としない児童の2極化が顕著になってきている。

【取組み】

水泳・陸上クラブの充実

6月から9月の放課後の時間に、水泳・陸上クラブを行っている。水泳クラブの参加者を25m泳ぐことのできない児童に限定することで、一人ひとりに丁寧な指導ができるようにする。水泳を苦手とする児童が、水泳の楽しさや達成感を感じられるようにしたい。陸上クラブに関しては、自己ベスト更新を目指して取り組ませる。記録の伸びがわかるようにすることで、自分の成長を感じられるようにする。

朝のチャレンジタイム

12月から2月の朝の時間に、体力づくりチャレンジタイムの時間を設定する。朝の時間に継続してなわとび運動や持久走を行うことで、学校全体で児童の筋力や持久力が高められるようにする。また、さぬきっ子チャレンジへの申請や校内マラソン大会を行うことで、チャレンジタイムに意欲的に取り組めるようにする。

運動遊びの充実

体育委員会の常時活動として、運動場倉庫の開放を行っている。ケンステップやタグ等の道具を自由に使えるようにすることで、充実した運動遊びができるようにする。また、体育委員会の児童が運動遊びを紹介する取り組みを行い、下学年と上学年の縦の関係も築けるようにしたい。

なわとびクラスマッチ

2月になわとびクラスマッチを学年ごとに実施する。運動場にジャンピングボードを設置したり、なわとびカードを活用したりすることで、全学年の児童が意欲的になわとび練習に取り組めるようにする。歴代の記録を紹介することで、記録更新を目標に取り組めるようにする。

【目標】

- 25m以上泳げる5・6年生を9割にする。
- 休み時間には異学年の友達を誘い合い、元気に運動場で遊ぶことを楽しむ児童を増やす。
- 新体カテストの結果において全校児童の半数以上が総合判定Cを超えるようにする。