

R3 高松市立桜町中学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

校訓「向学・自主」を追求し、豊かな人間性とたくましい心身を持ち、夢の実現のために努力する生徒の育成

めざす生徒像

- 自己の目標を持ち、その実現に向け粘り強く取り組める生徒の育成
- 自他を大切にし、共に認め合い支え合う心豊かな生徒
- 正しく判断し、主体的に行動できる生徒
- 心身共に健康で、たくましい精神と身体を持った生徒

【本校の課題】

- 20mシャトルランの値が全国・県平均を下回っている。
女子では50m走や反復横跳び、男子では長座体前屈、握力、ハンドボール投げが全国平均を上回っている学年もあるが、全体的に下回っている。
- 部活動の男子入部率は高いが、女子は低下傾向にある。

【現状】

・運動部に所属していない生徒や長期休業中の生活において、生徒が運動の必要性を認識し、自ら積極的に運動に取り組んでいく習慣化に課題がある。さらに運動部活動の活動状況も狭い空間での活動を余儀なくされていたり、活動そのものが充実しきっていない状態であったりと、体力・技術の向上を目指して真剣に練習しているとは言い難い面も見られる。学校全体として家庭とも連携を図りながら運動習慣確立の手立てを行っていく必要があるし、部活動への取り組み姿勢を見直す必要がある。

保健体育の授業での取り組み

- ・新体力テストの結果を分析し、毎授業の中に不足している体力についての補強運動を取り入れる。
- ・体育理論において、運動やスポーツの意義や効果などについて理解できるようにする。
- ・体力テストの計測方法を理解させ、準備運動の方法を工夫して、自己ベスト記録を出せるよう配慮する。

運動部活動や家庭との連携

- ・新体力テストの結果を各部顧問に配付し、練習内容に生かすようにする。
- ・保護者懇談会等において、新体力テストの結果や家庭でできる体力向上の運動例を紹介し、日常生活における保護者の協力を得る。
- ・各部活動の取り組み状況を把握し、改善策を考えて活動させる。

【目標】

- 体力・運動能力の向上に係る取組を部活動顧問とも連携し、学校全体として取り組む。
- 保健体育の授業の中で体力向上プランを実践し、令和4年度にはすべての種目において県平均を上回るようにする。