

高松市立塩江小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

ふるさと塩江を愛し、将来への夢や希望を描き、
自らの学力・人間性・体力を高めようとするたくましい子どもの育成
めざす塩っ子 ～元気に活動し、しっかり考え学び、おもいやり・笑顔いっぱいの子～

【本校の課題】（令和4年度のデータから）

- 男子の走力（50m・20mシャトルラン）が、県・全国平均を下回っており、強化重点課題である。
- 男女とも、投力が県平均を下回っている。ハンドボール経験者とそれ以外の児童との二極化が大きい。
- 9割以上の児童がスクールバス登下校のため、日常的な運動の習慣の確保が難しくなっている。

【現状】

昼休みの時間等には元気に運動場で遊ぶ姿が多く見られる。遊びの選択ができるよう、いろいろな道具を使い多種目で楽しんでいる姿が見られる。また、低学年などで遊具を使って遊ぶ児童もいる。各学年単学級で児童数も平均10人前後と少ないので、異学年交流・体育委員会主催のイベントを数回実施している。

【取組み】

すこやか体力づくり計画

毎週火曜日を掃除なしにして、昼休みの時間を延長する。また、月に1回、「すこやかタイム」を設定し、縦割りのグループで運動遊びを楽しんでいる。



運動講座や体力イベントの実施

体育委員会が中心となって、運動イベントを企画し、全校生が体を動かし、体力アップを図ったり、卒業生を招いての体育授業を行ったりしている。



SPARTS 体操の実践

体力の向上を図るために、準備運動の一環としてSPARTS体操を取り入れている。

また、現職教育で職員研修を行い、教師も一緒になって取り組んでいる。



全校種目の実施

全校で種目や内容を設定したなわ跳び・マラソン大会を実施する。また、意欲的に取り組むことができるよう、チャレンジカードを活用している。さらに、目標を達成した児童に校長が「自己ベスト賞」を渡し、意欲化を図っている。



持久力・短距離走・投力の向上に向け

- ・体育授業、委員会イベントにおいて、走る種目を効果的に取り入れていく。
- ・投げる基本を低学年から伝授し、いろいろな種類のボールを活用して、投力の向上を図る。
- ・準備運動でSPARTS体操を取り入れ、持久力向上を図る。

【目標】

- 体育委員会を中心に、運動イベントや筋肉番付コーナーを企画し、運動の楽しさを味わいながら、体力づくりに進んで取り組めるようにする。
- 自己ベスト賞をその都度配布し、認めることで、自己有用感を高めるとともに、目標に向かって頑張ろうとする態度を育成する。