

高松市立川東小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

人間性豊かで、主体的にたくましく生きる児童の育成
～体育科授業での深い学びと、幅広い運動経験の保障による体力づくりの推進～

【本校の傾向】

- ・走力や持久力は高い傾向にあるが、握力、体幹、柔軟性には大きな課題がある。
- ・コロナ禍における影響により、運動を続けていた子どもとそうでない子どもとの差が大きくなっている。
- ・スポーツ少年団等で幼少期から専門的な練習をすることで、運動能力に偏りが大きくなっている。
- ・「体育科の授業が楽しい」「運動の大切さを感じている」児童が少ない。

【現状】

休み時間には運動場に出て過ごす子どもが昨年度から引き続き多い。委員会児童が企画した運動イベントに積極的に参加する児童も多く見られるようになり、特に持久走タイムでは積極的に走る児童が増えた。新体力テストの結果も持久力に関しては高い数値を残している。しかし、コロナ禍における多くの子どもの運動不足や運動経験の偏りは依然として感じられる。また、全国体力状況調査によると、「運動が好き」（5年生男子）という児童は多いが「体育の授業が楽しい」と感じている児童が全国平均と比べると少ない傾向にある。また「運動は大切」という項目についても肯定的な回答割合が少ない。

これまで以上に、授業の中で夢中になって体を動かせる仕掛けや環境づくりが必要であると考えられる。また、委員会児童を中心に運動の重要性を発信し、運動の日常化に向けて主体的に企画を計画、実践していく必要があると考えられる。

【取り組み】

外遊びの日常化と活性化

体力向上を目的にドッジボールコートを常設したり、委員会の児童による運動遊びを中心としたイベント、運動会の児童会種目を企画・実施したりして、運動への意欲化と日常化を図る。課題である握力、体幹、柔軟性などを育てるための運動を例示したり、目標数値・結果の見える化をはかったりしながら運動に対する意欲付けをする。

体育科の授業での運動量の確保

体育の時間割を各学年で同一日に設定することによって、準備や片付けの時間を短縮できるようにする。それによって、授業での運動量を確保し、握力、体幹、柔軟性を中心とした筋力を向上させる運動を積極的に行う。

校内持久走記録会の実施

持久力向上を目的に、練習した成果を発揮できる機会を設ける。記録会は全校同日に行い、意欲と緊張感をもって取り組める場とする。学習カードを活用できるように、保健・安全委員会主体で全校生に啓発する。

体育科の公開授業の実施

学習内容の定着と、児童の「わかった」「できた」という達成感の向上のために、授業づくり研修会や公開授業を実施する。体育部教員が主運動につながる準備運動や、場の設定やルール工夫について教職員に紹介する。

【目標】

- 授業での運動量を確保すると共に、友だち同士の対話を重視し、技能や体力の向上に努める。
- 異学年が一緒に楽しく運動ができる活動を保健・安全委員会を中心に企画し、運動の日常化と意欲化を図る。
- 昼休みや放課後等の活用方法を工夫し、幅広い運動経験を保障することによって、発達課題である調整力の育成に努める。
- 各取り組みの指導体制を工夫し、指導方法や環境づくりを学校全体で共有し、授業で生かせるようにする。