

高松市立屋島小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

夢に向かって 自ら考え チャレンジする 子どもの育成

めざす児童像 ～学び合う子 きたえ合う子 支え合う子～

【本校の課題】

- 男女ともほぼ全ての学年で、握力・50m走の値が県平均を下回っている。
- 進んで運動に挑戦しようとする意欲が低い子どももいる。
- 外遊びへの意欲には大きく差があり、昼休みのほとんどの時間を教室で過ごす児童もいる。（読書、タブレットの使用など）
- 日常的に運動する子とそうでない子どもの二極化は依然として見られる。

【現状】

休み時間や昼休みには元気よく運動場で遊んでいる子もいるが、全員というわけではなく、教員の呼びかけや係活動の企画等がないと教室に残る子どももおり、外遊びが日常化していない子どもが少なくない。また、家庭に帰って自主的に外で遊ぶ子どもは少なく、スポーツ少年団などで日常的に運動する子どもと、そうでない子どもの体力の二極化が依然としてある。

【取組】

毎週の運動タイム

1週間の総運動時間を延ばすためにも、一週間に一度、朝の時間 20 分間を「運動タイム」と設定し、運動することの楽しさや気持ちよさを味わえるようにする。

雲梯などの遊具を活用したり走る運動を充実させたりすることで握力や50m走の記録向上を狙う。

また、学期ごとに行う内容を変えたり、ペア学年で取り組んだりすることで活動の幅を広げる。



さわやかタイム・大遊びの日

毎月 1 回の「大遊びの日」を設定し、昼休みの時間を 50 分に延長し、子どもたちが外で遊ぶ時間を確保している。また、月曜日の朝の時間に「さわやかタイム」を実施し、子どもが自由に好きなことをできるようにしている。

その中で、遊びの指導や係活動による提案を通して子どもたちの遊びの幅を広げている。



体育館開放

クラスごとに昼休みに体育館を開放する。運動の幅を広げたり、雨の日の運動量を増やしたりすることを目指す。

子ども主体の委員会活動

体育委員会が中心となって、全校生でいたいイベントや遊びを企画し、実際に行うことで、仲間とともに体を動かす喜びを実感できるようにする。

秋の陸上練習

9月から10月には放課後陸上練習を実施する。大会に出場しない児童も最後まで練習することで、体力向上の機会を増やす。

【目標】

- 体力・運動能力調査の結果から県平均を下回る握力・50m走で、R7年度には県平均を上回ることを目指す。
- 仲間と一っしょに運動することが好きで、生涯を通じて運動に親しもうとする意欲をもつ子どもを育てる。
- 子どもたちがのびのびと遊べるような遊び場を提供するとともに効果的な時間の使い方に取り組む。
- 保護者とともに子どもたちの望ましい生活習慣の確立を目指す。