高松市立三渓小学校　体力向上プラン

【学校教育目標】

自己を生かしながら、なかまとともに伸びようとする子どもの育成

【本校の課題】

○　体力テストの結果は、長座体前屈や上体起こしの学校平均値が、全体的に県平均値を下回っている。

【現状】

朝の時間・業間休みや昼休みは、運動場や体育館で遊ぶことを奨励している。しかし、一部の児童が教室に残ろうとすることもある。児童数の急激な増加のため、遊びの場所も限られてきている。また、体育の授業で使用する体育館が狭く、プールも４コースしかないというのが現状である。児童数に対して、体を動かす場の確保が年々難しくなってきている。

【取組み】

季節に合わせた重点活動

鉄棒・水泳・陸上運動・なわとび・マラソンと季節ごとに重点種目を選定し、各学年の目標達成を目指して全校生が取り組む。全校生が学年ごとに競い合うマラソン大会を１月に実施する。そのために１２月からの活動では、マラソンを実施する。チャレンジカードを活用して、自分のめあてに向かって運動に取り組む子どもを育てる。

環境整備

各クラスには、縄跳び・ドッジボール・ドッジビーを配布し、自由に使用できるようにする。

なわとびが重点種目になる時期には、ジャンピングボードを設置し、技の向上を図る。

また、昼休みには体育館を開放し各クラスが順番に使用できるようにする。

体育授業の充実

体育の授業を充実させるために、若年研修で実技講習会や教材・教具紹介を実施する。また、クラスマッチを行うことで目標をもった授業が進められるようにする。さらに、タブレットなどの ICT 機器を積極的に活用して自分の動きを確認することで技の向上につなげ、達成感や満足感が味わえるような授業づくりを工夫する。

【目標】

①「新体力テストの数値における目標」

○　全ての学年において、体力調査合計点を香川県の平均以上にする。

②「運動に対する意識・運動習慣における目標」

○　業間休みや昼休みは、外遊びを促すことで、体力向上を目指す。