高松市立一宮小学校　体力向上プラン

【学校教育目標】

生き生きと人とつながりながら自分を高める児童の育成

【本校の課題】

●男女とも、多くの学年のほとんどの項目で、体力テストの県・全国平均値を下回っている。
●総合得点においても県・全国平均の値を下回っている。
●体育の授業が楽しいと答えた子どもの割合が、全国平均を下回っている。

【現状】

本校の児童は外遊びが好きな児童が多く、始業前の時間や昼休みなどには元気に運動場で遊ぶ姿が見られる。低学年の児童は遊具を使った遊びや鬼ごっこを、中・高学年の児童はボールを使った遊び（ドッジボール）や鬼ごっこや、追いかけっこの遊びを行っていることが多い。２学期からはジャンプ台を使ってなわとびの練習をする児童が多い。一方で運動が苦手な児童は、あまり外遊びをしない。また、遊具の中でも鉄棒や雲底などを使って遊ぶ児童も少ない。その結果、男子の握力や女子のボール投げで県平均を大きく下回っている。

体育の授業においては、各学年団で内容をそろえて行うようにしている。クラスマッチ前になると、授業中だけでなく、休み時間を使って学級で練習する姿が見られる。

【取組み】

ドッジボールコートづくり

全校生がボール運動で遊べるように、教職員が１～６年生のドッジボールコート（６面）ラインを引く。学年に応じてコートの広さも変えるなど工夫している。各学年１面なので、他の学級の友だちとも遊べる。

さまざまなクラスマッチ種目

クラスマッチは、１学期に水泳、２学期に鉄棒、３学期に縄跳び（大縄）を行っている。２学期に鉄棒クラスマッチを行うことで、普段は遊ばない鉄棒に集まり、技の練習をする児童が増えると考える。

なわとび検定表の活用

毎年１１月から、なわとび検定表を実施することで、友だちと競い合ったり、昨年度の自分と比較して伸びを実感したりできるようにし、意欲の向上を図る。

陸上クラブ

５・６年生全員を対象に陸上クラブも行い体力の向上を図る。記録の向上のみならず、一人ひとりの体力向上をねらいとして活動を行う。

【目標】

〇体育の授業が好きと答える児童の割合を、２０２６年度までに８０％にする。
〇体育の準備体操の中に、劣っている体力つくりの種目を毎時間取り入れて、体力向上を図る。
〇友だちと運動場で元気に遊ぶことで、運動の楽しさやふれ合う喜びを実感できる児童を育成する。