

高松市立牟礼南小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

ふるさとを愛し、ともに未来を切り拓く児童の育成

【本校の課題】

- ・ 体力テストでは、多くの種目で県平均を上回っている。しかし、「上体起こし」「シャトルラン」では県平均を大きく下回っている学年もある。
- ・ どの学年でも、運動を積極的に行う児童とそうでない児童の2極化が見られる。
- ・ 休み時間の遊びがやや固定化しており、多様な遊びができていない。

【現状】

休み時間は、外で遊ぶ児童が多いが、遊びの種類は学年によって特徴があり、低学年はおにごっこや遊具遊びが多く、中学年・高学年はドッジボールやサッカーを中心となっている。その一方で、休み時間に教室などで過ごし、外に出ない児童も少数見られる。

ふれあい班活動で大縄跳びを行ったり、上級生の考えた遊びを行ったりしている。また、体育の時間に様々ななどの運動を行っているが、体力テストの結果には反映されていないものもある。

取り組み

個人でできる運動の奨励
縄跳びやストレッチなどの個人でできる運動を奨励する。そのために、縄跳び、持久走、ストレッチなどのチャレンジカードを配布することで、運動に取り組むきっかけとする。その際、個人目標を設定して、目標達成できた児童を、全校集会等で表彰する。

運動しやすい環境づくり
安全・運動委員会の活動として、縄跳びボードを常設することで、運動に取り組みやすい環境をつくる。また、苦手な児童のために、柔らかいドッジボールを各クラスに配布して、遊ぶ児童を増やせるようにする。

体育授業の改善
運動量の確保、学習課題、振り返り、ICT活用などの視点から、授業改善を図る。また、体育授業の中で、子どもたちが十分運動できるよう、単元構成や授業の流れを工夫する。

【目標】

- ・ 体力テストの結果において、全学年の全ての項目で、昨年以上の記録を目指す。
- ・ 個人でできる運動の推奨により、進んで体を動かす習慣がつくようにする。
- ・ 体育の授業において、しっかり体を動かして体力をつけるとともに、目標を持ち、励まし合いながら活動し、振り返りを行う学習スタイルを身につける。