

高松市立紫雲中学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

常に大志をいだき 自主的にして 責任と協力を重んずる 個性豊かな人間を育成する

【本校の現状と課題】

- ① 「新体力テストの数値分析の結果」より
 - 男女とも、全ての学年で立幅跳の記録が低く、県・全国平均を下回っている。
 - 新体力テストの総合評価 $\{(A+B) - (D+E)\}$ の数値はプラスの学年が多い。
- ② 「運動に対する意識・運動習慣」についての分析より
 - 運動・スポーツの実施状況はどの学年も全国を下回っている。
 - 体育の授業が楽しい、やや楽しいと答えた子どもの割合が90%以下である。

【取組み】

運動の習慣化

- ・体育委員とも連携して、
昼休みに運動場や体育館で
遊ぶよう呼びかける。
- ・自宅で簡単にできる体力
向上のためのトレーニング
を授業で紹介し、長期休業
中に各自で体力向上に望め
るように働きかける。

補強運動の実施

- ・体育授業時の準備運動の後
に、補強運動として体つくり
運動に取り組む。
 - ・特に、全校で数値の低かっ
た跳躍能力を高める力強さや
タイミングの良さなどの運動
特性に着目した多様なジャン
プ運動を取り入れる。

授業研究

- ・運動が苦手な生徒が体育の
授業が楽しいと感じられるよ
うに教材研究を行い、友達との
関わり合いを増やしたり、
スマールステップの練習の場
を設定したりする。
- ・教師が積極的に個々の成長
に気づき、褒めることで運動
の楽しさを実感させる。

【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。
 - 全校生の新体力テストの総合評価の人数 $\{(A+B) - (D+E)\}$ の数値を全学年プラス値
にする。
- ② 「運動に対する意識・運動習慣における目標」
 - 体育の授業が楽しい、やや楽しいと答える子どもの割合を90%以上にする。