

高松市立仏生山小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

豊かな心を持ち 自ら考え実行し たくましく生きる子どもの育成

【本校現状と課題】

①「新体カテストの数値分析の結果」より

○男女とも握力・反復横跳びが県平均を下回っている。

○女子の上体起こしの数値も芳しくない。

②「運動に対する意識・運動習慣」についての分析より

○昨年度から休み時間に外に出るように取り組んでいたものの、各学年団によりばらつきがおこっていたために、屋外で遊んでいない児童も見られた。

【取組み】

パワーアップタイム

学期に4回程度、火曜日の朝の時間に体力づくりに継続的に取り組むことにより本校の課題を解決し、運動の日常化を図ることができるようにする。

また縄跳び等各種運動について「がんばりカード」を全学年に配付し、休み時間等にもチャレンジできるようにすることで、児童の意欲付けを図る。



全校外遊び

1週間の総運動時間を延ばすために、火曜日昼休みに1・3・5年生、金曜日に2・4・6年生の「外遊びデー」として設定し、できるだけ外に出て遊ぶようにする。また「外遊びデー」以外にも今年度は、雨天時に体育館を学年輪番制で開放し、運動できるようにする。

また児童たち自らが「外遊びデー」を意識できるように、毎週火・金曜日の給食の時間に、放送委員会児童による呼びかけを行う。



握力を高めるために

遊具が増築され、雲梯等握る経験を積むことができる場が増えたため、体育授業や休み時間にも活用できるように、委員会を中心に声をかける。

運動環境の整備

冬には縄跳びのジャンプ台を常設したり、長縄をいつでも使えるように常備したりする。また、ドッジボールコート年間通して使用できるようにラインを引く。

【目標】

①握力の記録を県平均に近くにする。

②「週に1回以上、昼休みに外遊びをしている」という児童を増やす。