

高松市立川東小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

人間性豊かで、主体的にたくましく生きる児童の育成
～体育科授業での深い学びと、幅広い運動経験の保障による体力づくりの推進～

【本校の傾向】

- ・握力、柔軟性、走力（50m）には課題がある。持久力（シャトルラン）・俊敏性（反復横跳び）の平均は高い。
- ・運動を続けていた子どもとそうでない子どもとの差が大きくなっている。
- ・「体育科の授業が楽しい」「運動が好き」と思う児童が少ない。

【現状】

委員会児童が企画した運動イベントや運動会種目に積極的に参加する児童も多く見られるようになった。しかし、スポーツ少年団やクラブチームに所属している児童とそうではない児童との運動能力差がますます大きくなっている。さらにメディアに依存している児童も多く学校でも家庭でも外遊びをしない児童が増加している。また、全国体力状況調査によると、「体育の授業が楽しい」「運動が好き」と感じている児童が全国平均と比べると少ない傾向にある。

これまで以上に、授業の中で夢中になって体を動かせる仕掛けや環境づくりが必要であると考えられる。また、メディアに依存しないよう委員会児童中心に運動の重要性やメディア依存の危険性などを発信していく必要があると考えられる。

【取り組み】

外遊びの日常化と活性化

委員会の児童による運動遊びを中心としたイベント、運動会の児童会種目を企画・実施したりして、運動への意欲化と日常化を図る。課題である握力、柔軟性、走力などを育てるための運動・体づくり運動を例示したり、目標数値・結果の見える化をはかったりしながら運動に対する意欲付けをする。

体育科の授業での運動量の確保

体育の時間割を各学年で同一日に設定することによって、準備や片付けの時間を短縮できるようにする。それによって、授業での運動量を確保し、握力、柔軟性、走力を中心とした筋力を向上させる運動を積極的に行う。

体育・保健委員会の活動の充実

体育委員会・保健委員会を中心に運動の重要性やメディア依存の危険性などを発信していく。教師主導ではなく子どもたちで効果的な企画や発信の仕方を考える。

体育的行事等の充実

運動会や水泳学習等の体育的行事や学習を充実させるために、計画を見直す。簡略化できるものと重点を置くべきものの軽重をつけて計画・実践を進める。

【目標】

- 授業での運動量を確保すると共に、友だち同士の対話を重視し、技能や体力の向上に努める。
- 体育・保健委員会を中心に企画し、運動の日常化と意欲化を図る。またメディアとの付き合い方を啓発する。