

高松市立協和中学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

自ら進んで道を切り拓き、自己実現をめざす生徒の育成

【本校の課題】

「新体力テストの数値分析の結果」より

- 男女とも、多くの学年でボール投げの記録が県平均を下回っている。
- 全学年の男子の新体力テストの総合評価において（D+E）の割合が高い。

【本校の実態・現状】

- 生徒数増や仮設校舎の設置から、体育授業の活動場所に制限がある。
- 小学時代をコロナ禍で過ごした世代であることに加え、ネット・ゲームの発展による運動経験不足から、体育授業時や部活動時における怪我の発生件数が増加している。

準備運動の徹底

毎時間の準備体操後に柔軟体操を取り入れることで、普段から運動前に準備運動を行うことへの習慣化を図る。

教材の工夫

体育授業にボッチャなどのアダプテッドスポーツを取り入れることで、身体的特性や場所にとらわれることなく誰でも楽しめるようにする。

紙飛行機で投力 UP

体づくり運動などの時間を活用し、自作の紙飛行機を遠くに飛ばしたり、かごに入れたりすることで、投げる力や巧緻性の向上を図る。

【目標】

①「新体力テストの数値における目標」

- 全校生の新体力テスト総合評価の人数(A+B)-(D+E)の数値をプラス値にする。

②「本校の実態を踏まえた運動に対する意識・運動習慣における目標」

- 体育の授業が好きと答える生徒の割合を90%以上にする。