

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、ソフトボール投げの記録が下回っている学年が多い。

○男女とも、握力や50m走が半数近く、下回っている。

②「運動に対する意識・運動習慣」についての分析より

○「週に1回以上、昼休みに外遊びをしているか」という設問に対して、「できていない」という児童が15.3%いる。

○「学校以外で運動をしているか」という設問に対して、「全くしていない」と答えた児童が5.8%いる。

【取組み】

パワーアップタイム

時期を鑑みながら毎週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、火曜日昼休みを「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にして使用するように今年度はする。

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・投力を高めるために

固いボールでは運動が苦手な児童がよりボール運動を避ける傾向があるのではないかと考え、全クラスに柔らかい素材のボールも配付し、使用するように呼びかける。また「がんばりカード」の中の項目に、ボール投げやボール操作に関わる運動を取り入れる。

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を年間通して使用できるようにラインを引く。

【目標】

①ソフトボール投げの記録を県平均に近くにする。

②「週に1回以上、30分間の昼休みに外遊びをしているか」という設問に対して、「できていない」という児童が少なくなるようにする。