

高松市立東植田小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

基盤的な学力を確実に定着させながら、
他者と協働しつつ自ら考え抜く児童の育成

【本校の課題】

- 体力・運動能力調査において、昨年度県平均を上回る種目が男女ともに増えた。しかし、握力は全体的に低い傾向にある。

【現状】

休み時間等には多くの児童が元気よく運動場で遊んでいる姿が見られる一方で、外に出るのを億劫がる児童もいる。遊びの種類はボールを使った遊びや鬼遊びが中心で、固定化する傾向が見られる。しかし、教師や上級生の適切な関わりを通して遊びが多様化し、積極性も生まれた。

また、児童数が少ないため、クラスマッチ等の機会が持てず、友だち等他者と競争しながら体力を高めていく機会が乏しい。

【取組み】

毎日わくわく自由遊び

業間を「わくわく自由遊び」の時間と位置づけ、全校生が外に出て遊ぶようにしている。何種類かのジャンプボードやゴム紐など用具を準備することで、いろいろな遊びが経験できるようにする。また、行事に合わせてたてわり班対抗リレーや新体カテストの練習ができるような場を設ける。

握力頂上決戦

握力を高めることを目的とする。10～50kgのハンドグリップを用い、定められた秒数の中で何回完全に握れるかを競う。また、常に挑戦できるように、全校生が通る1階のベンチにコーナーを設置する。優秀な成績を収めた児童の名前は掲示する。

クロスカントリー大会

2月のクロスカントリー大会に向けて、12月から週3回、業間の時間にマラソンに取り組む。校内だけでなく、実際のコースである公淵公園内でも試走を行う。



たてわり班対抗種目

たてわり班ごとに競い合うスポーツ大会を年に4回実施する。5月には運動会で対抗種目、7月には校内水泳記録会、12月にはボールゲーム大会、2月にはなわとび記録会を開催して、たてわり班ごとに競い合える場を設ける。

【目標】

- 毎日の外遊びや自ら目標をもって取り組める体育的行事を実行するとともに、教師も積極的に関与し、伸びを認め励ますことで、運動する心地よさを味わい、運動好きな子を育てる。
- 体育の授業では、単位1時間の3分の2以上は運動時間に当てるよう努めるとともに、学習した成果を発揮する場を設けることで、目標を持って努力しようとする子を育てる。