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】

- ・走力、持久力、跳躍力は高い傾向にあるが、握力、体幹、柔軟性には大きな課題がある。
- ・コロナ禍における影響により、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。1週間の運動時間（体育授業以外）も全国平均からすると短い。

【現状】

委員会児童が企画した運動イベントや運動家種目に積極的に参加する児童も多く見られるようになり、特にあそびんピックでは積極的に参加する児童が増えた。新体力テストの結果も持久力に関しては高い数値を残している。しかし、コロナ禍における多くの子どもの運動不足や運動経験の偏りは依然として感じられる。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。また「1週間の運動時間（体育授業以外）」という項目についても全国平均からすると短い。

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、委員会児童を中心に運動の重要性を発信し、運動の日常化に向けて主体的に企画を計画、実践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、体幹、柔軟性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、体幹、柔軟性を中心とした筋力を向上させる運動を積極的に行う。

ICT機器の活用と振り返りの充実

ICT機器を積極的に活用し自分の動きを確認したり、友だちと考えを効率的に共有したりすることで知識・技能の向上を図る。授業の最後に振り返りの時間を確保し、学習問題に対する答えや自分自身の学び方等について振り返る。

体育科の公開授業の実施

学習内容の定着と、児童の「わかった」「できた」という達成感の向上のために、実技研修や公開授業を実施する。体育部教員が主運動につながる準備運動や、場の設定やルールの工夫について教職員に紹介する。

【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。
- 異学年が一緒に楽しく運動ができる活動を保健・安全委員会を中心に企画し、運動の日常化と意欲化を図る。
- 各取り組みの指導体制を工夫し、指導方法や環境づくりを学校全体で共有し、授業で生かせるようにする。