

高松市立多肥小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

自ら考え 心豊かに とともに生きる子どもの育成

めざす子ども像 自分をみがく子 人とかかわる子 未来をひらく子

【本校の課題】

- 全学年、男女とも新体力テストの平均値がほぼすべての種目で、県・全国の平均値を下回っている。特に、20m シャトルランは全国平均を大きく下回っており、6年男子は全国平均 63.42 に対し、本校は 43.69 である。
- 児童数に対して、運動できる環境が限られているため、自ら運動する児童とそうでない児童の運動習慣・運動に対する意欲に差がある。
- 「運動は大切」と答えた生徒が全国平均 58.9% に対し、本校 47.8% であり、全国平均を下回っている。

【現状】

休み時間には、元気よく外で遊ぶ姿が見られるものの、児童数に対して活動場所が限られているため、児童の運動への意欲・意識だけでなく運動量に差が見られる。

体育の授業では、運動への意欲を高めるためにクラスマッチなど他と競争する楽しさを味わわせている。

【取組】

運動チャレンジカードの実施

様々な運動に触れられるようにするため、一輪車や竹馬、鉄棒などを自由に使用できるように整備する。また、2・3学期には、運動チャレンジカードを作成して、体育委員による検定を行い、大名人には賞状を渡したり、放送で紹介したりすることで、意欲を継続できるように計画する。

クラスマッチの実施

運動会（競争遊戯・徒競走など）・球技・なわとびで年3回程度、基本3年生以上の学年で実施する。団結して運動に取り組むことの楽しさや勝敗を競い合う楽しさを味わわせ、運動する楽しさを実感させる。

基礎体力の向上

新体力テストの結果を分析し、各学年で重点指導項目を設定する。さらに自己ベストをめざし、授業の始めに基礎体力向上の取り組みを行う。準備運動や補強運動を通して基礎体力の強化を図る。

学年	重点指導項目
1年生	20mシャトルラン
2年生	ソフトボール投げ
3年生	20mシャトルラン
4年生	20mシャトルラン
5年生	ソフトボール投げ
6年生	20mシャトルラン

【目標】

- 望ましい運動習慣を身につけさせるために、児童が自分の興味や必要性から運動を選択し、取り組めるようにする。
- 運動する楽しさ・大切さを味わわせ、80%以上の児童が運動に対して肯定的な意識をもてるようにする。
- 新運動場などを活用し、限られた場所でも安全に活動できる場所を整備し、保障する。