

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～

【本校の現状と課題】

- ① 「新体力テストの数値分析結果」より
 - 総合評価 E の児童が学校全体の約 10%をしめる。
 - 走力や持久力は高い傾向にあるが、体幹や柔軟性には大きな課題がある。
- ② 「運動に対する意識・運動習慣」についての分析より
 - 授業の中で「わかった」「できた」と感じることができていない児童の割合が多くなっている。
 - 各学年で習得しなければならない技能が身に付いている児童と付いていない児童への二極化が継続しており、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が必要である。
 - 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。

【取り組み】

外遊びの日常化と活性化

体力向上を目的にドッジボールコートを常設したり、保健委員会の児童による運動遊びを中心としたイベントを実施したりして、運動への意欲化と日常化を図る。

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、体幹と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。

校内持久走記録会の実施

持久力向上を目的に、練習した成果を発揮できる機会を設ける。記録会は全校同日に行い、意欲と緊張感をもって取り組める場とする。学習カードを活用できるように、保健・安全委員会主体で全校生に啓発する。

授業づくり研修会

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、授業づくり研修会を実施する。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】

- ① 「新体力テストの数値分析結果」より
 - 総合評価 E の児童の割合を 10% (昨年度) から 5% をめざす。
 - 男女とも上体起こしや長座体前屈の記録を全国平均以上にする。
- ② 「運動に対する意識・運動習慣」についての分析より
 - 体育の授業が好きと答える児童の割合を 90% 以上にする。
 - 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。
 - 運動場で異学年と一緒に楽しく遊べる活動を元氣 100 倍スポーツ委員会を中心に企画し、運動の楽しさを感じながら、日常化と意欲化を図る。
 - 各取り組みの指導体制を工夫し、基礎練習方法や指導方法を学校全体で共有する。