

# 林小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

林を愛し、「共に学び、共に考え、共に生きる」心豊かで健康な子を育てる

## 【本校の課題】

- 全学年、男女ともに、スポーツテストのほとんどの種目で、県・市平均を下回っている。特に、20mシャトルラン、握力に課題がある。
- 運動に対する好き嫌いや運動能力は、二極化の傾向にある。また、上位の児童が少ない。
- 比較的素直で、言われたことをやろうとする児童は多いが、自ら考えて、活動する児童が少ない。また、持続性に欠ける。

## 【現状】

運動場の増築工事が終わったものの、近年の児童数増加もあり、運動場の広さが十分でない。そのため、思い切って遊ぶということが難しい。体育館やプールなども同様に児童数に対して十分な広さがあるとは言えない。

体育の授業においては、運動の好きな児童とそうでない児童の意欲の差が大きく、同じ学習内容でも運動量の差が顕著である。放課後の陸上・水泳クラブなどは希望者が多いが、高い意識をもって取り組んでいる児童は限られている。

## 【取り組み】

### 体力づくりの時間の設定

体育の授業の始めに、体力づくりの時間を設定することで、全校生が体力を高める運動に触れる機会を作る。体育館での授業では、ブリッジなど体幹を鍛えたり、筋力を高めたりする運動を行い、運動場での授業では、鬼ごっこなど持久力を高める運動を行う。

また、10月～1月までの間、朝の時間に学年ごとに体力づくりの時間を設定し、縄跳びや遊具・鉄棒遊びなどを行う。楽しく運動するきっかけとなればと考える。その際、検定表を渡すことで児童の意欲が続くようにしたり、達成感が味わえるようにしたりする。

### 体育委員会による、なわとびへの意欲を高める活動

体育委員会が中心となり、昼休みになわとびチャンピオン大会を行う。チャンピオンになった児童を給食の放送で紹介したり、賞状を渡したりすることで、なわとびへの意欲を高める。

また、種目を長く跳べるものに限定することで、参加した児童の体力の向上もねらう。

### 計画的なクラスマッチの実施

縄跳びだけでなく、いろいろな種目に、挑戦できるように、1学期に水泳、2学期に運動会、球技3学期に縄跳びのクラスマッチを行う。

## 【目標】

- 体育の授業の始めに体力づくりを行うことで、体力の向上を目指し、さらにスポーツテストの平均の向上を図る。
- 運動するきっかけを与えることで自らが進んで、運動しようとする運動に対する意欲をもつ児童を増やす。