

# 平成30年度浅野小学校 体力向上計画

## 【学校教育目標】

豊かな心を持ち、自ら考え楽しく学び合うたくましい児童の育成

## 【本校の課題】

男女ともに、多くの学年で、反復横跳びとシャトルランの値が低く、県・全国平均を大きく下回っている。瞬発力・筋力の持続力に課題がみられる。

## 【現状】

200mトラックを引いた上に、その周りに十分なスペースを確保できるほどの大変広い運動場がある。休み時間には多くの児童が元気よく遊んでいる。また、放課後の希望者による放課後の特別クラブを盛んに行い、体力の向上を図っている。しかし、外に出て遊ばない児童や課外活動に参加しない児童もおり、体力・運動能力の二極化が進んでいる。

## 【取り組み】

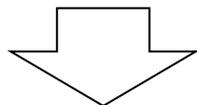
放課後に運動できる機会を提供する。

- \* 春の陸上トレーニング
- \* 水泳トレーニング
- \* 秋の陸上トレーニング
- \* なわとびトレーニング
- \* マラソントレーニング
- \* 駅伝トレーニング

雨の日には、学年ごとに体育館使用を割りあて、運動できる場所を提供する。

広い運動場や遊具・鉄棒などを活用し、基礎的な体力を高めていく。

- ・ 運動会クラスマッチ・水泳クラスマッチ・マラソンクラスマッチ・なわとびクラスマッチ・ボール運動クラスマッチなどのクラスマッチを行うことにより、様々な運動に取り組む機会を設定し、体を動かすことの楽しさを体験させる。
- ・ 各種の大会に参加することで、達成感や成就感を味わわせる。



## 【目標】

- H32年度までに、新体力テストの反復横跳び・シャトルランにおいて、県・全国平均を、過半数の学年で上回ることができるようにする。
- 放課後のトレーニングやクラスマッチを通して、たくましい身体と協力し合うことのできる児童を育成する。