

「体力向上プラン2006」推進計画書

須坂市立相森中学校

1. 昨年度の取り組みの成果と課題

(1) 学校行事「運動会」に関わる各学年の取り組み

- 1年...「組体操」
- 2年...表現「相中ソーラン」
- ・学年全体で息の合った踊り クラスパートの創作等
- ・社協のふれあい広場にも有志参加
- 3年...「行進」
- ・総合「未来予想図」と絡め、自分の道への旅立ちを表現



(2) 相森体操の創作

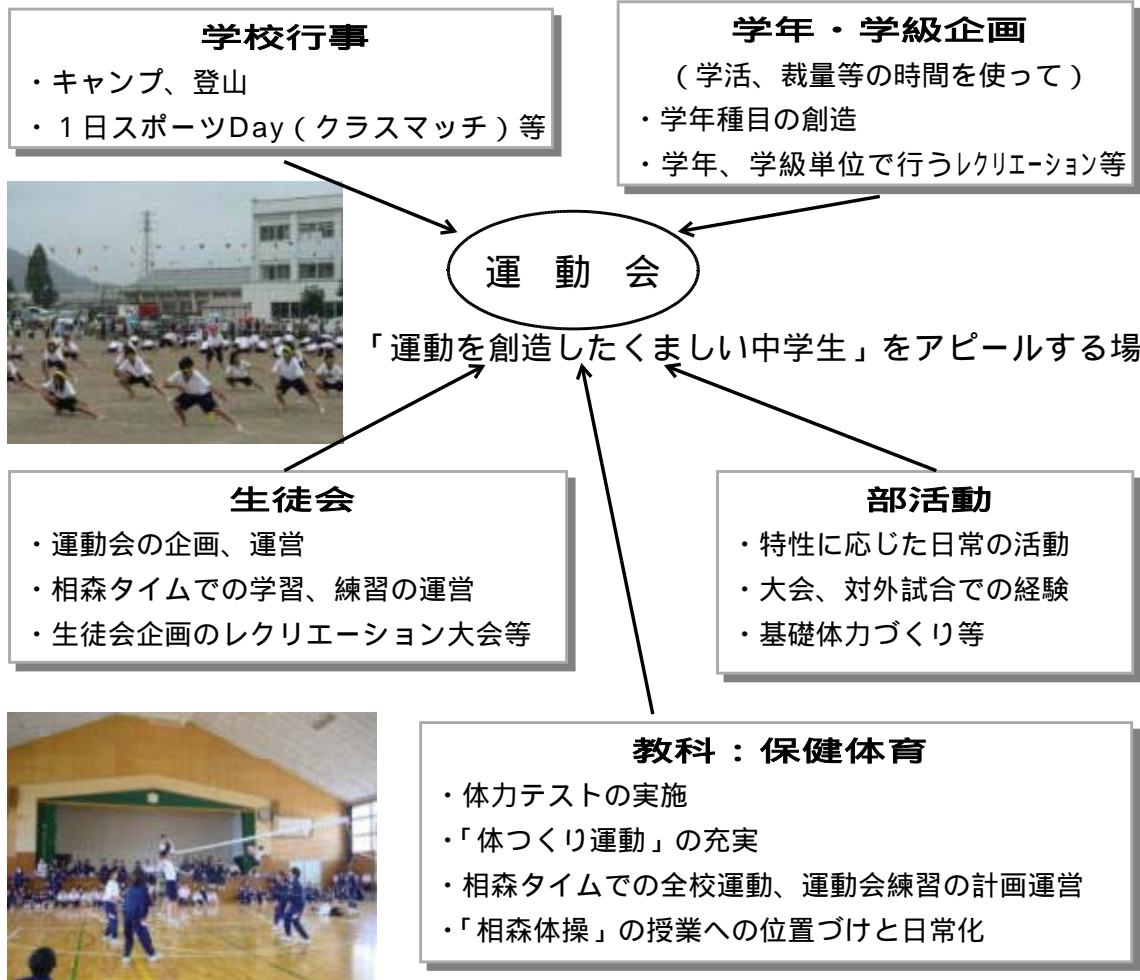
- ・運動会の準備運動として、「ストレッチ」「徒手」「リズム」「コーディネーション」を含んだ体操を体育科と体育委員が中心になってつくった。
- ・日常の授業で準備体操として継続的に取り入れている。

2. 体力パワーアップ作戦

『テーマ：運動を創造し、たくましい中学生になろう』

《内容》～「運動を創造し、たくましい中学生」をアピールする場の設定～

- (1) 本校が大切に考えている学校行事「運動会」を発表の場とする。
- (2) 運動会を柱に、教科だけでなく、活動全般にわたり積極的に運動を取り入れ、日常的に「健康を考え、運動を生活の中に積極的に取り入れていく活動」を意識させる。
- (3) 休み時間の体育館・グラウンド利用者数を増やす。



(相森体操資料) 昨年度のものに修正を加えて実施していく

3. 今年度の取り組みの成果と課題

運動会種目練習と保健体育の授業とのかかわり

- ・運動会で2学年表現種目「相中ソーラン」を見た1年生が、
「カッコいいなあ、今度は私たちがやるのか」という意欲を持ち、
冬のダンス単元で基本の動きを学習し、
次の年の学年練習で自主的な練習に取り組み、創作を加えながら発表する。
「相中体操」の後半でバスケットボールの単元ではバスケットボールを用いて、バドミントンではラケットを用いてボールコントロールやラケットフットワークを含めたコーディネーションを取り入れ、種目の特性に合った準備運動につなげた。
運動会種目練習期間のカリキュラムで、練習を進めながら、単元を進めることも可能か。