

高松市立高松第一小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

夢や目標に向かってたくましく挑戦する意欲をもった人づくり

～たくましい身体をもち、健康な生活をおくるために運動に進んで取り組む児童の育成～

【現状】

- 体力・運動能力調査結果から
 - ・反復横とび、シャトルラン、50m走に課題がある。
- 全国体力・運動能力調査結果、運動習慣調査結果から
 - ・「運動が好き」と答える割合は、男子は全国平均を下回っている。また、「嫌い」と答えた児童が多い。
 - ・5年生男女とも、1週間の総運動時間は、県・全国平均を下回っており（男子146.1分、女子32.6分【全国平均比較】）、体力合計点は県・全国平均を下回っている。
 - ・1週間の総運動時間に関するグラフから、二極化の傾向がみられる。
 - ・「体育の授業は楽しい」と答えた割合は、男子が県・全国平均を上回るが、女子は下回っている。また、体育の授業で「振り返る活動」を行っているという割合は県・全国平均を上回っている。「友達と助け合う」や「友達と話し合う」活動を行っているという割合も高い。だが、「動きを撮影して活用する」という割合は著しく低い。

【本校の課題】

本校は、市街地に近く、公園などの施設はあるが、山などの自然環境が少ない環境に立地している。本校の児童の中には、地域のスポーツクラブ等で体を動かしている者もいるが、日頃、公園で集まっても、ゲーム等をして遊んでいる者の方が多い。これは、児童が様々な運動遊びを知らないことや、運動に親しむ経験が少ないことが原因に挙げられる。このような生活をしている児童の各種調査結果から、男女共に、俊敏性、持久力、投力に課題があることや、1週間の総運動時間においても全国平均を下回るといった課題があることが分かった。前々年度の反省を生かして、前年度は授業が充実していたという回答が多くあったが、女子の「体育好き」に課題がみられる。メディア機器の利用が著しく乏しい。さらに、男女共通の課題の解決のために、体育の授業の中での運動量の確保（汗をかく運動）や運動の質の改善（全力を出す場の設定）をする必要もある。

以上のことから、本校の体力向上のための基本方針を以下の3点としたい。

- 1 一校一運動（なわとび）を通じて、運動に親しむ習慣をつける
- 2 体育の授業を工夫し、充実させる
- 3 様々な運動・運動遊びに親しませ、運動する楽しさや喜びを味わえるようにする

【取組み】

- 一校一運動「なわとび」の継続的な実施と「元気アップタイム」の実施
→年間を通じてなわとび運動に取り組み、運動習慣づくりと体力向上を図る。
- 体育授業の運動量・質の改善と「振り返る活動」の実施
→準備運動等の工夫や児童が自分の活動を振り返れるよう教師は毎時間の目標を明確に設定する。
- 体育委員会が計画する「遊びコーナー」の活用
→体育委員会が計画した「遊びコーナー」を昼休みに実施し、全校生が楽しみながら様々な動きに親しめるようにする。
- 体力向上につながる出前授業等の積極的な活用
- 教員に対して、体育の授業内でメディア機器活用の紹介や呼びかけ

【目標】

- なわとび1分間跳び（前跳び）の全校達成率を90%以上にする。
- 体力・運動能力調査において、全国平均を上回る項目を増やす。（現在38/96→48/96）