

# 高松市立古高松小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

豊かな心を持ち、夢に向かってチャレンジし、たくましく生きる子どもの育成

## 【本校の課題】

- 平成30年の体力・運動能力、運動週間等調査の結果から、男女共に総合得点が全国平均を下回っていることが分かる。全ての種目の得点が低く、全体の底上げが必要である。
- 昨年度、休み時間等に屋外でしっかりと遊ぶことができるように、環境整備を行ってきたが、一部の児童だけがボール運動に励む姿が見られた。屋外で遊んだり、用具を使って遊んだりする児童数が増加しなかった。

## 【現状】

- 休み時間を楽しみにして、毎日元気に体を動かしている児童がいる反面、運動することが楽しくない・苦手であることを理由に、一週間の内で外に出て遊ぶ時間を全くもたない児童も多くいる。外遊びをしている児童は、サッカーをする児童が中心であり、ドッジボール、一輪車、竹馬、鬼ごっこ等の遊びをする児童は少ない。また、運動する児童とそうでない児童の二極化が進んでいるとともに、遊び仲間が固定化されていることも課題である。

### 基礎体力の向上

なわとびカードや持久走カードを見直し、より一層主体的になわとびや持久走などの運動に取り組めるようにする。また、「さぬきっこパワーみんなでチャレンジ」のうち、ペアやグループによる運動に挑戦し、記録を目指しながら体力の向上を図っていきたい。

### いろいろな遊びの推奨

毎昼休みに学年ごとに体育館を開放し、運動できる時間と場所を確保している。また、教員も積極的に遊びに参加することで、外で遊ぶ児童を増やしていく。また、元気タイムを設定し、さまざまな運動や遊びを紹介し、取り組むようにする。

### 表彰による意欲の向上

水泳、なわとび、持久走の取り組みにおいて、各学年団で達成目標・基準を設定し、児童のがんばりや目標達成に対して合格証や達成賞として表彰する。継続して運動に取り組もうとする意欲・態度の育成を図る。

### スポーツ委員会主催の運動企画

定期的に昼休みに、体育館でスポーツ委員会が企画した運動や遊びを楽しむことができるようにする。また、新体力テストを実施・計測を行い、自分の運動能力や体力に対するの関心を高めることができるようにする。

## 【目標】

- ペアやグループでの遊びや運動を紹介し、授業等で取り入れることで、友だちと共に遊び運動することの楽しさを味わわせ、さらに進んで運動しようとする意欲を高める。
- 合格証や達成賞をその都度配布し、認めることで、自己有用感を高めるとともに、目標に向かってがんばろうとする態度を育成する。
- スポーツ委員会主催の活動を工夫し、敏捷性・投力の数値が昨年度より上回ることを目指す。