

# 高松市立屋島西小学校 体力向上プラン

## 1 学校教育目標

明るく素直で思い合う心を持ち、主体的に実践する心身ともに活力のある児童を育成する。

## 2 体力づくり活動計画目標

### めざす児童

- 自分の体力に応じて適した場を選択し、友達と一緒に体力を伸ばすコツが分かる。
- ルールを守って運動したり、運動するのに必要な物を整頓したりして、みんなが運動しやすい環境をつくることができる。
- 体育の時間以外にも積極的に外遊びや運動ができる。

## 3 課題

- ・ 新体力テストの結果では、かなり多くの項目で全国や県平均を下回っているが、以前に比べ、立ち幅跳びの項目が改善されている。
- ・ スポーツ少年団活動等で優秀な成績をおさめ、運動に日常的に取り組む児童がいる一方、運動習慣の身につけていない児童もいるなど二極化が進んでいる。

## 4 体力向上に向けた取り組み

- クラスマッチ**
- 1学期 … 水泳クラスマッチ（7月中旬）
  - 2学期 … 球技クラスマッチ（12月下旬）
  - 3学期 … 縦割り班対抗なわとび大会（2月予定）

※ 球技クラスマッチは、各学年団で児童の実態に合わせた教材の工夫を行う。

- 例) 高学年 … 「台形ゴールハンドボール」 4年 … 「ソフトバレーボール」  
3年 … 「ラインサッカー」 2年 … 「ドッジボール」

### 自分から活動

長なわ（1月～2月）

… 登校後や15分休みに学級で話し合っって長なわを行う。

マラソン（11月～12月）

… 登校後、マラソンカードを利用して、自分の目標を決めて自主的に取り組む。

### 放課後水泳練習（6月中旬～7月上旬）

… 水泳が苦手な児童（5・6年生）のために、課題克服のための機会を設ける。児童が自分の課題に合わせて練習できるようにする。

### 陸上記録会（9月上旬～11月上旬）

… 4年生の希望者を含む、5・6年生を対象に体育部員を中心に全教職員で指導する。

### 昼休みの体育館開放

- ・ 雨天時に限らず、各学年団に割り当てて、体育館を開放し運動量の確保に努める。

### 芝生を生かした運動場の使用

- ・ 校庭の水はけが良いので積極的に使用できる。

