

# 高松市立鶴尾小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

人権尊重の精神を基盤として、自ら考え実行できる、  
人間性豊かなたくましい子どもを育てる

## 【本校の課題】

- 男女とも、全学年でシャトルラン・ソフトボール投げ・反復横とびの値が特に低く、県・全国平均を大きく下回っている。
- 男女とも全学年において、総合得点で県・全国平均の値を下回っている。

## 【現状】

休み時間に元気よく運動場で遊んでいる姿が見られるようになってきた。しかし、遊ぶメンバーや学年が限られていて、遊ぶ内容も決まった遊びしかしない、という現状がある。また、多くの子どもたちがボールを使った遊びやおにごっこなどが中心で、遊具などで遊ぶ姿はあまり見られない。体育の授業においては、反復して行うことが苦手で、持久走などでは、その時の気持ちによって結果が左右されることが多い。

## 【取組み】

### ドッジボール大会

投力を強化するために、ドッジボールに慣れ親しみ、学年を区切ったり、ルールを工夫したうえで、異学年が入り交じった交流を行ったりと、投げるコツを身に付けさせる。

### マラソンリレー（駅伝）の実施

持久力向上のために、一人で走ることが苦手な児童を考慮し、グループの仲間と協力して走ることで持久力強化につなげる。



### 遊具を使った運動遊びの紹介

一人で行うだけでなく、友達と楽しみながら取り組むことができる遊びを遊具の近くに掲示し、子どもたちが積極的に遊具で遊ぶことができるようにする。



### 長縄とび大会の実施

これまでのクラスマッチに加えて、ふれあい班（縦割り班）で行う長縄とびの大会を行うことで、グループで楽しみながらに体力向上につなげる。



## 【目標】

- シャトルランの平均値について、県・全国平均との差を縮めていく。
- 昼休みにさまざまな学年の児童が運動場に出て、遊ぶ児童が昨年度よりも増加するような遊びを工夫するなどして、さまざまな運動に意欲的になる取組みを図る。
- 業間縄跳び・マラソンを通して、持久力、最後までやりぬく心を育てる。