

# 高松市立檀紙小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

豊かな心を持ち、自ら考え実行し、たくましく生きる児童の育成

## 【本校の課題】

- 男女とも、全学年で握力の値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 男女とも、全学年でソフトボール投げの値が低い。
- 学校全体として体力・運動能力が低い。
- 5年生では、男女とも1週間の総運動時間が全国平均を下回っている。

## 【現状】

休み時間等には元気よく運動場で遊んでいる児童が多く見られるが、昼休みは給食の片づけや委員会の活動等があり、運動場で十分な時間遊ぶことができていない児童もいる。また、家庭においても外で遊ぶ場所や時間が十分に確保できない児童が多く、運動経験の乏しさにつながっている。体育の授業においては、若年教員の増加とともに、効果的な指導技術の低下が課題として挙げられる。

## 【取組み】

### 持久力を高める放課後クラブ

11月から1月の放課後週二回「RUN・ランクラブ」という、持久力を高める活動を4・5・6年生対象に行っている。(主に1kmのタイム測定)教員も共に走ることで、児童の意欲にもつなげている。

### 体育実技研の実施

長期休業中、体育部を中心に、体育実技研修会を行っている。研究教科が体育以外の教員も単元の流れや動きなどを実技を交えて研修している。



### 多様な運動の機会を設定する

9月から11月に各学年の発達段階に合わせた種目(ブリッジ・背支持倒立・一輪車等)を設定し、体力づくりとして練習に取り組んでいる。練習した技は、次年度の運動会の表現の中で全校生や保護者に発表する。



### 時間と機会の確保

児童の遊ぶ時間と機会を確保するために、月に1回ロング昼休み(60分)を設定している。各クラスや委員会などが全校生で取り組める遊びの計画を立てている。  
また、今年度より、業間を20分休みにしたり解錠の時間を早め始業前の遊びを促したりして時間と機会の確保に努めている。

## 【目標】

- 運動が好きと答える女子児童の割合を、H31年度までに80%にする。
- 現職教育で体育実技研修会を毎年行い、指導力の向上を図る。
- 運動場で元気に遊ぶことで、自分を発揮するたくましい児童を育成する。