

## 高松市立太田南小学校 体力向上プラン

人間性豊かで 心身ともに健康な実践力のある たくましい子どもの育成  
めざす児童像 — たくましく考え たくましく判断し たくましく行動（表現）する子ども —

### 【本校の課題】

- 全体的に、新体力テストの全国平均を下回っている項目が過半数を超えている。
- 各学年、握力とソフトボール投げの記録が特に低い。
- 外遊びをする児童が固定化しており、1日に1度も外遊びに行かない児童も固定化している。

### 【現状】

休み時間に元気よく屋外で遊ぶ児童は多いが、屋内で過ごす児童も多数いる。そのような児童に対しての取り組みや声掛けが今まで十分ではなかったため、1日に1度も休み時間に体を動かさない習慣が付きつつある。

体育においては、各学年の授業始めの運動を設定し、継続的に実施することで体力づくりに取り組んでいる。一方、これまで芝生化により運動場でなわとびをすることを取りやめていたため、縄跳びをする機会が少なくなっていたが、昨年度より運動場のトラックの周りに縄跳びスペースを確保したことで、縄跳びに取り組む児童が多くなってきている。

#### 〈握力チャレンジコーナー〉

児童が主体的に自身の実態を把握できるように、誰でも測れる場所に握力測定コーナーを設置し、各学年の平均も掲示することで、自分の記録と比較できるようにしている。



#### 〈昼休みの体育館開放〉

毎日2クラスずつ、昼休みに体育館を使ってクラス全体で遊べるようにし、外遊びの習慣がない児童の運動へのきっかけづくりをしている。器具も貸し出している。



#### 〈なわとびへの取り組み〉

学年に応じたなわとびシートを全学年に配布し、体育館の縄跳び開放、運動場の縄跳びスペース、ジャンピングボードの設置など、なわとび運動に取り組みやすい環境を整えている。



#### 〈マラソン大会への参加〉

「まんのうりレーマラソン」に、クラスでチームを組んで参加している。日々の練習や、たすきをつないでいく経験が、体力づくりだけでなく絆も深めている。



### 【目標】

- H31年度までに、中・高学年で新体力テストの過半数の項目で全国平均を超える。
- 低学年からしっかりと体を動かす経験をさせ、運動が楽しいと答える児童を90%以上にする。
- 友だちと一緒に楽しく運動することで、体力づくりとともになかまを大切にする児童を育てる。