

高松市立太田小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

自分・人・地域を愛し、未来を創る 太田っ子の育成

～支え合うやさしい子 よく考え表す子 健康で粘り強い子～

【本校の課題】

- 男女とも全体的に柔軟性は優れている。握力、上体起こしなどの筋力は大きく低下している。筋力が低下していることにより、瞬発力が発揮しにくいのではないかと考える。
- 1～6年生において3・6年生男子、3年女子以外で総合得点で県・全国平均の値を下回っている。

【現状】

業間や昼休み等には元気よく運動場や遊具で遊んでいる児童も見られる。学年が上がるごとにだんだんと外で遊ぶようになってきている。高学年は委員会活動などの仕事で時間がとりにくい実態がある。また、ドッジビーなど当たっても痛くない道具を取り入れ、多くの子どもたちが外遊びを楽しむようにはなっている。遊具では、低学年の児童が主に遊んでいる姿が見られる。

【取組み】

太田リンピックの実施

東京オリンピック開催にともなって、運動について児童の意欲・関心を高め、体力づくりカードを作成し実施する。内容は10種目、1つにつき10項目で合計100個とする。

内容は学校にある遊具や用具を使って、自分のできるもの、体育の時間に取り入れられる補助運動のものとする。達成した数により金・銀・銅メダルの賞状を渡し、称賛する。

クラスマッチ種目の実施

3年生以上で行う。各学年の実態に合わせて仲間づくりに有効であることを知らせる。内容は学年団で相談する。保護者に案内をし、自由に参観できるようにする。

水泳（7月）、
縄跳び（1～2月）
は実施する。



体育館開放（自由遊び・イベント実施）

行事などで体育館を使用しないときは、1学年ごとに担任管理のもと、安全に配慮し、開放していく。

委員会が楽しいイベントを企画し、運動機会を増やしていく。「新体力テストチャレンジマッチ」を実施していき、体力



太田っ子チャレンジの実施（持久走）

11月中旬・12月・1月の業間休みに持久走を実施している。各学年週2回、外周を低・中・高学年の3つに分け、走ることで安全面・体力面に配慮している。朝は自由に走っている。太田小の校章のカードを用意し、意欲化を図っている。100周達成者と校章が浮き出てきた者に賞状を

【目標】

- 外遊びが好きで、進んで体力づくりをするたくましい児童を育成する。
- 1週間総運動時間の平均を令和2年度末までに10分を上回るようにする。
- 体育の授業が「好き」と答える児童の割合を令和3年度中に80%以上にする。