

## 高松市立屋島東小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

ふるさとを愛し、心豊かで たくましい子の育成

## 【本校の課題】

○全体的に県・全国平均を下回っているが、特に、県・全国平均の値を下回っている女子児童が過半数を超えている。

○男女とも、多くの学年で反復横跳び・20mシャトルランの値が低く、県・全国平均を下回っている。

## 【現状】

休み時間には元気よく運動場で遊んでいる姿が見られるが、昼休みなどは給食の片づけ等があり、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。特に、高学年になると外で遊ぶ姿があまり見られなくなっている。また、多くの子どもたちがボールを使った遊びが中心で、握力を生かす遊具などで遊ぶ姿や持久力を発揮する運動に継続して取り組もうとする姿はあまり見られない。そして、全体的には、本校においても運動をする児童・しない児童の二極化がみられる。

体育の授業においては、単学級のため、他の学級の児童たちとの競い合うクラスマッチなどの取り組みを行うことができない。そのため、水泳やなわとび、持久走では、毎年同じ仲間との競い合っているため十分な意欲がもてていないのも現状である。

## 【取組み】

## 火曜日を東っ子タイムに

体を動かすことが楽しいと思うように火曜日を「東っ子タイム」と設定し、縦割り班やペア学年で体を動かす時間を設定したり、体育委員会中心で持久力や基礎体力を高めたりする活動を確保する。同時に、遊具を生かした運動も取り入れる。

## なわとび大会の実施

体育の授業や全校での活動時間を利用し、楽しみながら短なわとびに取り組むことで敏捷性の向上につなげる。また、長縄の記録は「さぬきっこパワーみんなでチャレンジ」に申請し、他校の記録と競うことで、意欲と体力の向上につなげる。

## 持久走大会の実施

寒い時期に外での活動を増やし、体力、特に持久力の向上のために、持久走を行う。さぬきっこチャレンジカードを用いて走った周回分チェックが入れられるようにしたり、上位の児童を表彰したりし、意欲付けを行う。朝の活動や業間、体育の時間も活用し、持久力の底上げをしている。

## 体育委員による運動イベント

体育委員で新体力テストの結果を分析し、全校生で体力の低下傾向の見られる種目の記録向上を目的とした運動イベントを企画する。令和2年度は、持久力向上を目的としたバナナ鬼ごっこ、投力向上を目的とした、縦割りドッジボール大会を計画している。

## 【目標】

○持久走大会やなわとび大会では、前回の記録を上回るように系統性をもって活動する。

○反復横跳びや20mシャトルランの記録が、県や全国に近づけられるような活動を設定する。