

# 高松市立木太北部小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

自ら学び心豊かでたくましい子どもの育成

## 【本校の課題】

○男女とも、多くの学年で総合得点、上体起こし、握力、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】

休み時間等には元気よく運動場で遊ぶ児童が多く見られる一方、なかなか外で遊ぶことができていない児童もいる。暑い時期には熱中症の心配もあるが、外遊びをする多くの子どもたちがボールを使った遊びが中心となり、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、3種類の「がんばりカード」を一人一人に持たせ、水泳や縄とび、持久走と、それぞれの種目で記録に挑戦しているが、学年ごと達成率にはばらつきがある。昨年度「マラソンカード」完走者は、全校生のうち62.6%が達成できた。

## 【取組み】

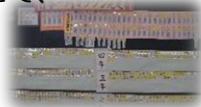
### 毎週月曜日はドリームタイム

毎週月曜日に「ドリームタイム」として昼休みの時間を45分に延長しており、しっかり外遊びができるようにする。



### がんばりカードの活用

水泳・なわとびカードや日本一周マラソンカードなど、自分の伸びやがんばりが見えるカードを活用することで、児童の意欲面や技能面を伸ばそうとしている。友だちとの関わり合いも期待する。



### 「元気タイム」の活用

2学期以降で、朝15分の「元気タイム」を学年団ごとの運動の時間とし、様々な運動を行い、運動を楽しむことのきっかけとし、普段の休憩時間や昼休みなどの運動習慣につなげていく。



### 子ども発信のチャレンジ種目の実施

体育委員会の子どもの発案による、チャレンジ種目を設定し、子どもたちが積極的に運動しようとする場づくりを行う。「握力アップ講座」など



### 「握力コーナーの設置」「県・市の平均記録の掲示」

4月～6月には、全校朝会で、本校の課題を話し、握力計を常設し、いつでも測定可能な環境を整備することで意欲化を図る。各種目・各学年の平均記録を掲示し「新体力テスト」記録向上への意欲化につなげる。

## 【目標】

○がんばりカードの達成率を令和2年度末までに65%まで引き上げる。  
○週3回以上の外遊びを推奨し、友だちとかかわり合いながらたくましい体をつくっていかうとする子どもを育成する。