

# 高松市立花園小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

自ら考え、正しく判断し、主体的に実践する、心身ともにたくましい子どもの育成  
めざす子ども像～健康で明るい子 仲よく助け合う子 めあてをもってがんばる子～

## 【本校の課題】

- 男女全ての学年で、長座体前屈以外の値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 女子では、1週間の総運動時間が「0～60分未満」の割合が全国の約2倍となっており、女子の運動離れが進んでいる。
- 6年生女子では、中等度の肥満が全国平均を上回っている。

## 【現状】

休み時間等には元気よく運動場で遊んでいる姿が見られるが、天候が良くても常に教室等で過ごしている児童もいる。また、高学年の子どもたちはボールを使った遊びが多く、低・中学年は遊具などで遊んでいる。

子どもたちは、大変素直で楽しく運動に取り組んでおり、体育の授業においては、学年や個人の発達段階に応じて基礎・基本が身に付くように指導している。

## 【取組】

### 全員参加の放課後水泳・陸上運動

6月～7月に水泳、9月～10月に陸上の運動を5・6年生全員参加で行っている。運動に親しむ機会の少ない児童にも、この期間運動に取り組むことで、楽しさや記録の伸びを感じてもらい、進んで運動を行おうとする態度を伸ばしていきたい。

### 鉄棒クラスマッチの実施

3年前から「鉄棒クラスマッチ」を10月に実施している。チャレンジする技は教科書の中から選んでいる。技の難易度に応じて得点を設定しており、全ての技が成功すれば名人賞を渡し、表彰している。

### 持久走大会の保護者への公開

持久走大会を保護者に公開することで、自分の子どもががんばっている姿を見てもらい、家庭での励ましや運動意欲の継続につなげている。毎年延べ100人以上の参観者がいる。

### 毎時間に取り組む活動

反復横とびの記録が、男女とも市・県・全国のいずれよりも下回っているので、「50m走」と「パーピー運動」を毎時間授業時に行うようにした。記録用紙を作成し自分の伸びが確認できるようにした。

## 【目標】

- 反復横とびの記録を「全国平均を下回る」から「全国平均をやや下回る」にする。
- 「体育の授業が楽しい」と感じる男子の得点をH28年度には2点アップするようにする。
- 毎週火曜日の昼休みを45分間に拡大したので、できるだけ多くの児童が運動場等で元気に遊び、心身ともにたくましい児童を育成していく。