

# 高松市立古高松南小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

豊かな心をもち、自ら考え行動できるたくましい児童の育成  
めざす児童像 自ら考え行動できる子、仲よく助け合う子、体をきたえ元気な子  
～かしこく・やさしく・元気よく～

## 【本校の課題】

- 男女とも、20m シャトルランや 50m走の値が低く、県・全国平均を大きく下回っている。
- 高学年において、総合得点で県・全国平均の値を下回っている。
- 全学年を通して、運動習慣が身につけておらず、運動に対する積極性が低い。

## 【現状】

朝から運動場に出て元気よく遊ぶ姿や、休み時間にも積極的に外へ出て行く様子が多く見ることができる。しかし、その一方で教室に多く残っている児童もいて、運動に対する二極化が進んでいると感じられる。

授業に対しては意欲的に取り組む児童が多く、体育の時間を楽しみにしている児童が多い。しかし、授業内容に関しては各学年団に任せきりなところが多く、系統的な体育学習が進められているとは言い難い。

また、昨年度より行っている体力づくりの成果が出ておらず、その検証結果から本年度取り組む内容を再考し、実効性のある活動にしたい。

## 【取組み】



### 年間計画の工夫

運動機会を増やすために、授業での運動量を確保する。そのために、体育で使用する環境・場を確保し、十分な運動のできる時間を保障した年間計画を実施している。

体育館体育を連続して行う期間をそれぞれの学年で設け、集中して行うことができるようにした。



### 運動習慣の定着

本校で取り組んでいる生活習慣調べ（元気キッズカード）の内容を改め、秋には外遊び・体力づくりを重点項目とし、委員会を中心に全校生に呼びかける。

また、お昼の放送で運動に関する放送をし、意識を高めた。



### 体力づくりの工夫

本年度の新体力テストの結果を分析し、必要な技能を考え、さめきつ子チャレンジの種目を活用し、全校生で体力づくりの時間に取り組む。そこで活躍したクラスや個人を全校生に紹介する。

多様な動きを経験することによって運動感覚を身につけたい。

## 【目標】

- 体育の授業の運動量を増やし、体育が好きで運動に積極的な児童を育成する。
- 1週間の外遊びの日数を全校平均が5日を上回るようにする。
- 新体力テストの合計記録のワンランクアップを目指す。