

# 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

自分の力を高め生かす北部っ子

## 【本校の課題】

○男女とも、多くの学年で総合得点、立ち幅跳び、握力の値が低く、県・全国平均を下回っている。

○男子は全体的に上体起こしの値が低く、県・全国平均を下回っている。

○女子は全体的に50m走の値が低く、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。また、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、5種類の「がんばりカード」（1種類は今年度新設）を一人一人に持たせ、水泳や鉄棒、縄とびに持久走と、それぞれの種目で記録に挑戦しているが、十分活用できていない種目もある。「マラソンカード」完走者は66%を超え、朝の自主マラソンには友だちを誘って、意欲的に取り組む姿が見られる。

## 【取組み】

### 毎週木曜日はドリームタイム

毎週木曜日に「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

今年度、握力や立ち幅跳びに重点を置いた、「北部っ子チャレンジカード」を新たに作成し、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

週1回、朝20分の「元気タイム」を全校体育の時間とし、様々な運動を行い、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たちの発案による、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。



## 【目標】

○がんばりカードの達成率を平成28年度末までに80%まで引き上げる。

○週2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。