

# 高松市立塩江小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

ふるさと塩江を愛し、将来への夢や希望を描き、  
自らの学力・人間性・体力を高めようとする子どもの育成  
めざす塩っ子 ～元気に活動し、自分を高めようとするたくましい子～

## 【本校の課題】

- 男女とも、多くの学年で20mシャトルランの値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 低学年において、総合得点で県・全国平均の値を下回っている。
- 9割の児童がバス登下校のため、歩く習慣の確保が難しくなっている。
- 休み時間に室内遊びや読書をしている児童が多く、外遊びを好まない児童がいる。

## 【現状】

業間や休み時間等には元気よく運動場で遊ぶ姿が多く見られるが、外での遊びを好まない児童もいる。運動場が広いので、ポールを使ったいろいろな遊びや鬼ごっこ、遊具などで遊ぶことができる。各学年単学級で児童数も20人前後と少なく、同学年の他のクラスと競い合うことができないので、個人や縦割り班での競い合いが中心である。

## 【取組み】

### すこやか体力づくり計画

月に一回、木曜日を「すこやか体力づくりデー」と設定し、昼休みの時間を35分に延長する。6年生の班長を中心に、遊びの内容を決めてグループで遊ぶことができるようにする。



### チャレンジカードの実施

楽しみながら鉄棒・水泳・縄跳び・マラソンに取り組むことで握力・調整力・持久力の向上につなげるためにも、チャレンジカードを設定し、各学年の上位の児童を表彰したり、積極的に各種運動に取り組んだ児童には、がんばり賞で努力を認めたりする。

### 遊具を使った運動遊びの紹介

芝生広場を利用し、低学年の運動不足解消法として、一人で行うだけでなく、友達と楽しみながら取り組むことができる遊びを遊具の近くに掲示し、子どもたちが積極的に遊具で遊ぶことができるようにする。



### 種目の実施

これまでの水泳・綱引きなどの縦割りのクラスマッチに加えて、全校で種目や内容を設定した、長なわ・ドッジボール・マラソンの大会を実施する。



## 【目標】

- 運動が好きと答える児童の割合を、H29年度までに90%にする。
- 1週間の総運動時間の平均を、県・全国平均を上回るようにする。
- 運動場や体育館で元気に遊ぶことで、たくましい児童を育成する。