

## 高松市立仏生山小学校 体力向上プラン

### 【学校教育目標】

豊かな心をもち 自ら考え実行し たくましく生きる子どもを育てる  
～「命を守る」「正しく学び受け継ぐ」「役立つ」～

### 【本校現状と課題】

- ①「新体カテスト（R元年度）」の数値分析の結果より
  - 総合得点では男女共全ての学年が県の値を上回っているが体力の二極化傾向がみられる。
  - 男女とも、複数の学年でソフトボール投げの値が県の値を下回っている。
  - 全体的に、男子では20mシャトルランが、女子では上体起こしがそれぞれ課題である。
- ②「運動に対する意識・運動習慣」についての分析より
  - 「運動が好き・どちらかといえば好き」と答えた児童が89.6%と90%をきっている。
  - 「体育の授業が好き・どちらかといえば好き」という児童は91.8%と「運動が好きかどうか」の設問より高い割合が肯定的にとらえており、教員の体育授業への工夫が見られる。
  - 「週に1回以上、30分間の昼休みに外遊びをしているか」という設問に対して、「できていない」という児童が14.6%いる。
  - 「学校以外で運動をしているか」という設問に対して、「全くしていない」と答えた児童が5.8%もいる。

### 【取組み】

#### パワーアップタイム

毎週火曜日の朝の時間に、体力づくりに継続的に取り組むことにより本校の課題を解決し、運動の日常化を図ることができるようにする。実施にあたっては、感染症対策を加味し、クラスごとで行うようにする。

また縄跳び等各種運動について「がんばりカード」を全学年に配付し、休み時間等にもチャレンジできるようにすることで、児童の意欲付けをはかる。



#### 全校外遊び

1週間の総運動時間を延ばすために、火曜日昼休みを「外遊びデー」として設定し、できるだけ外に出て遊ぶようにする。雨天時には体育館を学年輪番制にして使用する。

また児童たち自らが「外遊びデー」を意識できるように、毎週火曜日の給食の時間に、放送委員会児童による呼びかけを行う。



#### 持久力を高めるために

3学期には、校内マラソン大会（持久走）を行っている。大会に向けて各自めあてをもち練習に励んでいる。がんばりカードを利用しながら心肺機能を鍛え、持久力の向上をめざしている。

### 【目標】

- ①男女とも20mシャトルランの記録を香川県以上の値にする。
- ②「運動が好き」と肯定的にとらえる児童の割合を90%以上にする。  
「週に1回以上、30分間の昼休みに外遊びをしているか」という設問に対して、「できていない」という児童を10%きるようにする。