

# 高松市立東植田小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

基盤的な学力を確実に定着させながら、  
他者と協働しつつ自ら考え抜く児童の育成

## 【本校の課題】

- 全体的に体格が平均以下であることも影響して、体力・運動能力ともに全国及び県より低い傾向にある。特に柔軟性・敏捷性に課題がある。

## 【現状】

休み時間等には多くの児童が元気よく運動場で遊んでいる姿が見られる一方で、外に出るのを億劫がる児童もいる。遊びの種類はボールを使った遊びや鬼遊びが中心で、固定化する傾向が見られる。しかし、教師や上級生の適切な関わりを通して遊びが多様化し、積極性も生まれた。

また、児童数が少ないため、クラスマッチ等の機会が持てず、友だち等他者と競争しながら体力を高めていく機会が乏しい。

## 【取組み】

### 毎日わくわく自由遊び

業間を「わくわく自由遊び」の時間と位置づけ、全校生が外に出て遊ぶようにしている。何種類かのジャンプボードやゴム紐など用具を準備することで、いろいろな遊びが経験できるようにする。また、行事に合わせてたてわり班対抗リレーや新体力テストの練習ができるような場を設ける。

### 全校ワクワク集会

遊びを紹介する場として、月に1回、朝の活動や昼休みに全校なかよし遊びを実施する。体育委員会が中心になって企画し、1～6年生のみんなが楽しめる遊びを紹介し、たてわり班で取り組む。



### クロスカントリー大会

2月のクロスカントリー大会に向けて、12月から週3回、業間の時間にマラソンに取り組む。校内だけでなく、実際のコースである公淵公園内でも試走を行う。



### たてわり班マッチ

たてわり班ごとに競い合うスポーツ大会を年に4回実施する。5月にはミニ運動会で対抗リレー、7月には校内水泳記録会、12月にはボールゲーム大会、2月にはなわとび記録会を開催して、たてわり班ごとに競い合える場を設ける。

## 【目標】

- 毎日の外遊びや自ら目標をもって取り組める体育的行事を実行するとともに、教師も積極的に関与し、伸びを認め励ますことで、運動する心地よさを味わい、運動好きな子を育てる。
- 体育の授業では、単位1時間の3分の2以上は運動時間に当てるよう努めるとともに、学習した成果を発揮する場を設けることで、目標を持って努力しようとする子を育てる。