

## 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（R4年度）」の数値分析の結果より
  - 高学年男子が総合得点で県平均を下回っている。
  - 男女とも、複数の学年で握力や50m走の値が県の値を下回っている。またソフトボール投げの記録も下回っている学年が多い。
- ②「運動に対する意識・運動習慣」についての分析（R4）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%を下回っている。
  - 「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」の設問より肯定的に捉えている割合が高い、教員の体育授業への工夫の成果が現れている。
  - 「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15.3%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%いる。

### 【取組み】

#### パワーアップタイム

時期を鑑みながら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。  
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、児童の意欲付けを図る。



#### 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。



#### 握力・投力を高めるために

固いボールでは運動が苦手な児童がよりボール運動を避ける傾向があるのではないかと考え、全クラスに柔らかい素材のボールも配付し、使用するよう呼びかける。また「がんばりカード」の中の項目に、ボール投げやボール操作に関わる運動を取り入れる。

### 【目標】

- ①握力やソフトボール投げの記録を県平均に近くする。
- 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」という児童が10%をきるようにする。