

高松市立弦打小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

とらえ つながり ひらく 弦打っ子の育成

【本校の現状と課題】

① 「新体力テストの数値分析の結果」より

- 令和4年度の新体力テスト総合評価 $\{(A+B) - (D+E)\}$ の人数において、高学年の男女ともに、マイナスの値となっている。特に、本年度の6年生男女ともに顕著に低くなっている。
- 種目別で見ると、反復横跳びやソフトボール投げ、長座体前屈が県平均を下回る結果となっている学年が多い。特に、高学年女子の結果については、ほとんどの種目が県平均を下回っている。

② 「運動に対する意識」・「運動習慣」についての分析より

- 休み時間の過ごし方から、今年度も運動を楽しむ子どもとそうでない子どもの二極化が顕著に見られる。
- 生活習慣チェックの結果から、日頃から運動よりインターネット等のメディアと関わる時間が長くなっている。特に、高学年でオンラインゲームやSNSに時間を費やす子どもが増え、トラブルも増加しており、家庭での運動習慣の欠如も深刻である。

【取組み】

家庭を巻き込んだ運動週間の実施

「弦打小すこやか運動カード」を作成し、年間3回程度「すこやか運動週間(月間)」を実施する。簡単にできる運動を中心に家族と一緒に取り組めるように計画する。



運動名	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
1. 反復横跳び												
2. ソフトボール投げ												
3. 長座体前屈												
4. 2000歩の歩数												
5. 2分間の縄跳び												
6. 100回反復横跳び												
7. 100回ソフトボール投げ												
8. 100回長座体前屈												
9. 100回2000歩												
10. 100回2分間の縄跳び												
11. 100回100回反復横跳び												
運動した合計時間												

環境整備

昼休みの運動場の使い方のきまりを設定し、ボール遊びや鬼ごっこで安全に遊べるようにする。また、今年度も、なわとび運動を柱に体力向上を考えるため、環境の整備を計画的に行う。さらに、今年度から毎週月曜日にロング昼休みを設定し、時間的ゆとりを設けることで児童が主体的に体を動かせるようにする。

安全運動委員会によるイベントの開催

全校生が楽しみながら投能力、体力向上ができる取組みを考え、業間や昼休みに実施する。

【目標】

① 「新体力テストの数値における目標

- 総得点をどの学年もまず県平均を上回るよう個人の目標を示し、達成を図る。
- 新体力テストの総合評価 $\{(A+B) - (D+E)\}$ の人数において、 -10 以内の差とする。

② 「運動に対する意識」・「運動習慣」についての分析より

- 定期的に正しい生活習慣やメディアとの関わり方について家庭に協力を呼びかけている。それに合わせ、家族での運動習慣についても啓発していく。「家族で運動しよう」を合言葉に運動する機会を保障する。