

# 高松市立男木小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

心豊かで、たくましく生きる子どもの育成

### 本校の現状と課題

- 昼休みには給食の片づけや歯磨きの時間等があり、十分に外遊びの時間が確保できていない児童もいるが、時間があるときは、元気よく運動場で遊んでいる姿が見られる。
- 体育の授業においては、少人数のため、人数を必要とするチーム対戦型のゲームができづらく、基礎的な練習で終わってしまうことも多い。
- 少人数のため、体育の時間や休み時間などで実施できる種目や遊びが限られる。
- 全校生の新体力テストの総合評価  $\{(A+B) - (D+E)\}$  の数値がマイナス値である。
- 少人数のため同学年の中で自分の力がどのくらいかを判断する比較対象が少なく、今の力からさらに上をめざそうという意欲が出にくい。

## 【取り組み】

### 工夫した運動遊びを紹介

鬼ごっこやドッジボールのルールを工夫することによって学年関係なく楽しく遊んだり、運動したりできるようになる。  
例 ボール当て鬼ごっこ、人狼鬼ごっこ、アルティメットドッジボール

### 縄跳び交流会の実施

毎年、縄跳び交流会を実施し、自分の得意な跳び方を披露したり、全員で長縄跳びに挑戦したりしている。最初に目標を設定することで、目標に向けて体育や昼休みなどに縄跳びの練習を計画的に行っている。

### マラソン大会の実施

毎年マラソン大会を実施している。また、それに向けて体育や行間の休み時間に各自が目標タイムを設定しながら、計画的に練習を行っている。

## 【目標】

- 次年度のスポーツテストにおいて総合評価が1段階上回るようにする。
- 運動をする習慣を身につけ、基礎体力を向上させることで、どのような競技・運動においても意欲的に参加できるようにする。
- 基礎的な運動技能を身につけ、どのような競技・運動においてもこなせるようにする。