

## 高松市立屋島東小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

ふるさとを愛し、心豊かで たくましい子の育成

## 【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
  - 男女とも、50m走・握力の記録が低い。
  - 全校生の新体力テストの総合評価  $\{(A+B) - (D+E)\}$  の数値がほぼ同じ。
- ② 「運動に対する意識・運動習慣」についての分析より
  - 昨年度、休み時間等に屋外でしっかり遊ぶことを重点に取組んだが、委員会の企画がないと自主的に屋外で遊ぶ児童が増えなかった。
  - 令和4年度に行われた全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果は、ほとんどの項目で全国・香川県平均よりも高く、体育への肯定的なイメージは強い。また、運動が好きと答える児童は昨年度よりも増加している。

## 【取組み】

## 異学年で競い合う場の設定

持久力・俊敏性を高める目的として持久走・なわとび大会を実施する。持久走は2学年、短なわとびは全学年種目別で競い合うことで、目的をもって進んで体力を高めようとする児童を育てる。また、上位の児童を表彰したりし、ワークシートを活用したりして、意欲付けを行う。大会前の1ヶ月は、朝の活動・業間・体育の時間で目的の運動に取り組む時間を確保する。

## 外遊びの励行

体育委員で新体力テストの結果を分析し、全校生で体力の低下傾向の見られる種目の記録向上を目的とした運動イベントを企画する。持久力向上を目的とした「全校生鬼ごっこ」、投力向上を目的とした「縦割りドッジボール大会」等を実施する。

また、火曜日朝の時間を「東っ子タイム」とし、縦割り班やペア学年で体を動かす機会を設定し、運動に親しむ時間を十分に確保する。

握力向上として、体育の準備体操後にグーパー筋トレや遊具を活用したサーキット走を取り入れることで楽しみながら体力の向上を図る。

## 体育指導技術の共有

終礼で定期的に、今後実施する予定の単元の指導のポイントを全体に周知する。その際、これまで配布されている指導資料を適宜使用しながら伝達することで、体育を専門としない教員にも、具体的なイメージをもたせるとともに、短時間でポイントが伝えられ、学校全体としての体育の授業の質の向上を図る。また、体育の実技研修も行い、指導技術の伝達も行う。

## 【目標】

- ① 「新体力テストの数値における目標」
  - 男女とも50m走の記録を全国平均に近づける。
  - 全校生の新体力テストの総合評価の人数  $\{(A+B) - (D+E)\}$  の数値を少しでもプラスの値が増えるように計測の回数を増やす。
- ② 「運動に対する意識・運動習慣における目標」
  - 外遊びをする児童を増やすために、教員も率先して運動場に出ていく。
  - 体育の授業・体育委員会の外遊び企画を通して、運動することに対して肯定的なイメージをもつ児童の割合を80%以上にする。
  - 「鬼ごっこ」や「逃走中」など、楽しく活動できる場を設定し、学校全体の走力を伸ばす。
  - 体育員会をモデルに遊具を使った遊びの楽しさを伝えていく。