

## 高松市立林小学校 体力向上プラン

### 【学校教育目標】

林を愛し、夢に向かって心豊かにたくましく生きる子どもの育成

### 【R6 目標と振り返り】

- 体育の授業の始めに体力づくりを行うことで、体力向上をめざし、男女ともに握力・20mシャトルランの記録を県平均以上にする。→○全学年で下回る項目は無。握力は3年、20mシャトルランは2年で県平均を上回った。投力を中心にさらに向上する手立てが必要。
- 学校全体の総合評価の(A+B)の割合を前年度より増やし、(D+E)の割合を前年度より減らす。  
→○((A+B)の割合(2.9%↑22→24.9) △(D+E)の割合(2.3%↑41.6→43.8)  
△(D+E)の割合や絶対数も多いので、改善が必要。
- 「やりたいと思える体育」を目指して、運動時間を確保できるよう活動を工夫したり、友だちと考える取り組む場面を設定したりして、前向きに運動に取り組める児童を増やしたい。  
→これに対応した教師側の教材研究や共有する場が必要。

### 【取組み】

#### 体力づくりの時間の設定

体育の授業の始めに、体力づくりの時間を設定することで、全校生が体力を高める運動に触れる機会を作る。

- ・どのクラスも、体育の準備体操の後に鬼遊びなど、持久力を高める運動を行う。  
☆教員が学べる機会を設定
- ・毎週「鬼ごっこの日」として設定し、休み時間に全校生で走る運動に挑戦する機会を継続していく。クラス毎に外に出るように呼びかけたり、教員も一緒に行ったりし、体を動かす楽しさを味わえるようにする。

#### 運動への意欲を高める活動

運動会を児童主体で運営する。また、体育委員会が中心となり、昼休みに体育的な活動を行う。

- ・年間通して、鬼ごっこやなわとびチャンピオン大会を開き、種目を持久系に限定することで参加した児童の体力向上をねらう。チャンピオンになった児童や意欲的に取り組んだ児童を放送で紹介したり、賞状を渡したりすることで、意欲を高める。他の運動での提案も体育委員会で検討している。
- ・昼休み体育館開放を計画したり、コツ伝授の動画により運動のコツを全校生に共有したりすることで、意欲的に運動に取り組もうとする態度を養う。

【目標】誰もが体を動かす習慣をつけるために、運動や体育が好きになるアプローチを教員や体育委員会からさらに仕掛けていく。

- 「体育」や「運動」が好きと思える児童を増やす。(学校生活振り返りアンケートなど)
- 全教員が運動のポイントや体力づくりの方法がわかる。

☆教員自主研修『P.E.でワイワイ』を月一回実施(4月体力テスト、5月水泳、6月マット運動など)