

# 高松市立川島小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

# 主体的に行動する児童の育成

～児童の多様性を認め、主体的に学習や活動に取り組む力が育つ学校～

三つの合言葉 「正しく」 「強く」 「和やかに」

## 【本校の現状と課題】

- 「新体力テストの数値分析の結果」より
  - ・男女ともに、複数の種目において県平均の記録を下回っている。特に「反復横跳び」、「立ち幅跳び」、「20mシャトルラン」において課題がある。
- 全体的な見取りより
  - ・「運動が好きな児童」は進んで運動をしているが、「運動を苦手に感じている児童」は全く運動を行わない姿が見られる。これは新体力テストの結果にも大きく影響を与えていたと考えられることから、いわゆる「運動の二極化」が全体的な傾向としてある。

## 【取り組み】

### 鬼遊びの時間

授業の始まり5分間を鬼遊びの時間として設定し、学級・学年の実態に合わせて鬼遊びに取り組む。内容は、変わり鬼や増え鬼、タグを使った鬼遊びなど、児童が楽しんでできるものにしている。授業の中で、楽しみながら運動する習慣づけを行っていくことで、昼休みも鬼ごっこをして楽しむ児童の姿が多く見られる。

### 川島っ子体力アップチャレンジ

体育・安全委員会が主体となって体力づくりに取り組む。児童の体力的な課題をもとに、昼休みにできる運動を年間を通して開催し、体力アップをねらう取り組みである。昨年度は「なわとびチャンピオン大会」や「フリースローチャレンジ」「バドミントンラリーチャレンジ」などを行い、瞬発力や持久力を向上させる取り組みを行った。どの企画にも多くの児童が参加しており、今後も児童が楽しみながら、体力の向上をねらえるように企画・運営をしていきたい。



### ドッジボール大会

年間2回（6月・2月）体育・安全委員会主催のドッジボール大会を実施する。児童自身でチームを作り、休み時間等を使って練習をして、低・中学年、高学年の2つのグループ内でトーナメントを行い、優勝を決める。

ドッジボール大会には3つのねらいがある。1つ目は、運動に進んで取り組むことで、基礎体力の向上を目指す。2つ目は、ドッジボールの練習を行うことで、ボール操作技能の向上を図る。3つ目は、低学年から高学年のすべての男女が参加できるようにすることで、児童の活躍の場の設定を図る。

児童に人気の球技であることや、教員や友だちの応援が励みとなり、児童は積極的に参加しており、負けた児童も次回の開催を楽しみにしている。



## 【目標】

- 「新体力テストの数値における目標」
  - ・男女とも「反復横跳び」「立ち幅跳び」「20mシャトルラン」の記録を県平均以上にする。  
(令和8年度体力運動能力調査の結果)
- 運動に親しむ意欲・運動習慣における目標
  - ・昼休みの外遊び実施率を全校で80%以上にする。(遊びンPICの結果)