

# 高松市立中央小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

互いを認め合い、やる気にあふれる、温かい学校

～児童・教職員・保護者・地域がつくる未来志向の学校～

## 【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
  - 全学年とも多くの種目において、県平均を下回っている。
  - 新体力テストの総合評価  $\{(A+B) - (D+E)\}$  の数値がマイナス値の学年が多い。
- ② 「運動に対する意識・運動習慣」についての分析より
  - 「昼休みに、外に出て体を動かしていますか」という昨年度のアンケートでは、73%(6月)、60%(11月)という割合で、外に出て運動遊びに親しむ児童の割合が低い。
  - 多くの子どもたちがボールを使った遊びやおにごっこが中心で、遊具などで遊ぶ姿はあまり見られない。そのため多様な動きが身に付かない。

## 【取組み】

### 運動教室の実施

年間に数回、ボール投げ教室やなわとび教室等の運動教室を開き、運動のこつを紹介したり、運動に親しめるイベントを実施したりして、運動する機会を増やす。

### クラスマッチの実施

他のクラスと競い合うことで、体力を向上させる機会とする。学期ごとにクラスマッチの内容を計画し、実施する。児童の意欲を高めるために優勝・準優勝クラスに賞状を贈り、全校生の前で表彰する。

### 体育の授業における中央小パワー アップ運動の導入

毎時間、授業の準備運動において、新体力テストの結果で県平均値よりも劣っている項目について補強運動を実施する。全学年に共通した運動を発達段階に応じて継続的に行う。

### 「中央っ子オリンピック」の実施

投力や調整力などの体力を伸ばすために「中央っ子オリンピック」を実施し、鉄棒や登り棒などの固定遊具を使った運動、逆立ちやブリッジなどの器械運動、その他にもボール投げ、竹馬、一輪車、体ほぐしなど様々な運動を取り上げ実施する。

## 【目標】

- ① 「新体力テストの数値分析の結果」より
  - 各学年の新体力テストの合計点の平均を2点上げる。
  - 各学年の新体力テストの総合評価  $\{(A+B) - (D+E)\}$  の数値を10上げる。
- ② 「運動に対する意識・運動習慣」についての分析より
  - 校内の運動イベントを活用し、運動に親しみ、自分の力を発揮するために自主的に運動に取り組むたくましい児童を育成する。
  - あそびンピックの外遊び実施率を85%以上にする。