

高松市立木太北部小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

自ら学び 心豊かで たくましい子どもの育成

【本校の課題】

- 男女とも、多くの学年で握力の値が低く、県・全国平均を下回っている。特に男子の低・中学年の記録が顕著で、課題となっている。
- 積極的に外遊びをしている児童と、そうでない児童が二極化している。

【現状】

休み時間等には元気よく運動場で遊ぶ児童が多く見られる一方、なかなか外で遊ぶことができていない児童もいる。あそびンピックなどを活用し、少しずつ外遊びの良さが全校生に伝わっていると感じている。

体育の授業においては、2種類の「がんばりカード」を一人一人に持たせ、なわとびや持久走と、それぞれの種目で記録に挑戦しているが、学年ごと達成率にはばらつきがある。

委員会では、長なわとびやしっぽとりなどのイベントを企画し、多くの児童が楽しみながら活動することが出来ている。

【取組み】

〈育てたい資質・能力〉

【みつめる】 自分の課題を知り、粘り強くチャレンジしようとする。

【かかわる】 友だちとかかわりながら運動を楽しもうとする。

【つくりだす】 自分の記録に挑戦し、自己ベストをめざそうとする。

毎月第2月曜日はドリームタイム

毎月第2月曜日に「ドリームタイム」として昼休みの時間を35分に延長しており、しっかり外遊びができるようにする。



がんばりカードの活用

なわとびカードや日本一周マラソンカードなど、自分の伸びやがんばりが見えるカードを活用することで、自己ベストを目指す児童の意欲面や技能面を伸ばそうとしている。友だちとかかわり合いも期待する。



「体力づくり」から「健康づくり」へ

3学期は、「マラソン」に取り組んでいる。始業前や業間（隔週）、授業前などマラソンに挑戦することで、自分自身の体力を高める。また運動によって健康への意識を高め、目標達成に向けて積み重ねていくことを呼びかける。



子ども発信で遊びの奨励

体育委員会やふれあい委員会の子もたちが体を使ったイベントを計画したり、縦割り班を活用したりして子どもたちが積極的に運動しようとする場づくりを行う。



学期ごとに重点的な取組み

体育の授業で学んだことや身につけた技能を発揮する機会を設ける。各学年で発表会やチームを作って、大会や記録会などを工夫して実施する等、自分や友だちと成果を味わう機会を学期ごとに取り入れる。

【目標】

- 新体力テストの向上賞、優秀賞の受賞者数を昨年度（向上 57 名、優秀 49 名）より 20% アップ。
- 「1日1度は外に出て外遊び」を体育委員会で推奨し、体力だけでなく健康を意識し、友だちとかかわり合いながらたくましい体をつくっていかうとする子どもを育成する。
- 「Kagawa2025 体力番付」を積極的に活用し、子どもたちの運動機会を増やす。
- 「称賛する」体育をめざす。教師の声かけ、子ども同士の声かけを大切にする。