

高松市立高松第一小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

夢や目標に向かってたくましく挑戦する意欲をもった人づくり

～たくましい身体を育成し健康な生活を送るため、運動に進んで取り組む児童生徒を育成する～

【本校の課題】

- 新体力テストの結果では、20mシャトルランやソフトボール投げに低下が見られている。
- 持久力(20mシャトルラン)は、引き続き課題である。
- 外遊びをする児童が固定化されており、特に高学年になるにつれて減少しており、それが新体力テストの結果として見られる。

【現状】

本校は、本市の中心部に位置し、公園などの施設はあるが、山などの自然が少ない環境に立地している。児童の中には、地域のスポーツクラブ等で体を動かしている者もいるが、日頃、公園で集まっても、ゲーム等をして遊んでいる者の方が多い。これは、児童が様々な運動遊びを知らないことや、運動に親しむ経験が少ないことが原因の一つに挙げられる。各種調査結果から、男女共に、俊敏性、持久力、投力に課題があることが分かった。男女共通の課題の解決のために、体育の授業や休み時間の中での運動量の確保(汗をかく運動)や運動の質の改善(全力を出す場の設定)をする必要がある。

【具体的取組み】

〔体育授業の充実〕

- ・「めあて」「ふり回り」の時間を確保する。振り返りを共有したり、友だちと考える時間をつくったりすることで、一人ひとりの意欲の向上につなげ、様々な運動を経験する機会を作る。
- ・GIGA 端末などのICT 機器を活用して自分の動きを確認することで、動きや技の向上につなげ、達成感や満足感を味わえるよう授業づくりを工夫する。

〔環境整備〕

- ・ドッジボールや長縄をいつでも使えるように、各学級に常備する。
- ・年間を通じて、運動場にはドッジボールコートを常設する。
- ・冬季には、業間や昼休み等の時間に、なわとびジャンプボードを設置し、基礎的な体力アップに取り組めるようにする。

〔イベントの実施〕

- ・秋・冬季に、運動委員会がイベントを企画し、全校生が楽しんで、運動に親しむ機会を増やす。

〔Kagawa 2026 体力番付の活用〕

- ・「Kagawa 2026 体力番付」(香川県教育委員会実施)を積極的に活用する。各種の運動や遊びを紹介することで、運動や遊びを知り、児童が自主的に運動や遊びを行う契機とする。

【目標】

- 運動量を確保しつつ、楽しい体育の授業を実践するため、教員の指導技術の向上をめざす。
- 外遊びが好きで、進んで体力づくりをするたくましい児童を育成する。(あそびンピック外遊び達成率75%以上)
- 運動委員会のイベントや、Kagawa 2026 体力番付を活用し、運動や遊びに親しむ態度を養う。