

高松市立弦打小学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

とらえ つながり ひらく 弦打っ子の育成

【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

- 令和7年度の新体力テスト総合評価 $\{(A+B) - (D+E)\}$ では、2年生は男女ともにマイナスとなっており、D・E判定の割合が高い状況が見られる。一方、学年が上がるにつれて男女ともプラスの値が増加し、体力の向上がうかがえる。
- 種目別で見ると、長座体前屈では男女とも低・中学年を中心に市・県平均を下回る学年が多く、柔軟性に課題が見られる。反復横とびは平均比較では上回っているものの、特に低学年では、回数が低く、敏捷性や基礎的な動きの育成が十分とは言えない。また、立ち幅とびは多くの学年で平均以上であるが、高学年において記録の伸びが緩やかで、発達段階に応じた瞬発力の向上が課題である。

②「運動に対する意識」・「運動習慣」についての分析より

- 体育への参加意識や運動習慣は概ね良好である一方、「やや好き」「だいたい参加」といった中間層が多いことが課題である。

【取組み】

環境整備

昼休みの運動場の使い方のきまりを設定し、ボール遊びや鬼ごっこで安全に遊べるようにする。また、今年度も、なわとび運動を体力向上の柱として位置づけ、環境整備を計画的に行う。さらに、毎週月曜日にロング昼休みを設定し、時間的ゆとりを設けることで児童が主体的に体を動かせるようにする。加えて、昼休みに体育館を利用できるようにすることで、天候に左右されずに運動できる環境を整え、児童が十分な運動量を確保できるようにする。

安全運動委員会によるイベントの開催

全校生が楽しみながら投能力、体力向上ができる取組みを考え、業間や昼休みに実施する。

家庭との連携

全校生が長期休業中には、新体力テストから見えた課題（長座体前屈、反復横とび、立ち幅とび）の改善につながる取り組みを家庭でも行えるようにする。夏休みには、室内でできるストレッチや筋力アップトレーニングをすすめ、柔軟性の向上を図る。冬休みには、基礎的な体力を高めるため、なわとびに継続して取り組めるようにする。

【目標】

①「新体力テストの数値における目標

- 総得点をどの学年も県平均を上回るよう個人の目標を示し、達成を図る。
- 新体力テストの総合評価 $\{(A+B) - (D+E)\}$ の人数において、全学年＋１０以上とする。

②「運動に対する意識」・「運動習慣」についての分析より

- 運動への参加意識が中間層にとどまっている児童に対し、学校での運動機会の充実と家庭での生活習慣の改善を両面から働きかけ、主体的に運動に取り組む姿を育てる。「家族で運動しよう」を合言葉に、家庭との連携を深め、継続的な運動習慣の定着と体力向上を目指す。