

# 高松市立大野小学校 体力向上プラン

## 【学校教育目標】

自立と共生の心を持って行動する大野の子どもを育てる

## 【本校の課題（昨年度の体力テストの結果から）】

- 男女とも、低・中・高学年で反復横とびの値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 男女とも、低・中学年で20mシャトルランの値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 男女とも、低・中・高学年で立ち幅とびの値が低く、県・全国平均を下回っている。
- 男女とも、2・4・6年生において総合得点で県・全国平均の値を下回っている。

## 【現状】

○児童の体育授業に対する肯定的評価の割合（「体育が好き」と答える児童）は91%

○長い休み時間に運動遊び等を実施する児童の割合は76%

コロナ禍にも関わらず、朝の始業前や業間、昼休み等で、元気よく運動場で遊ぶ姿が見られる。昨年度は感染症対策として、一堂に会することを極力避けるように配慮したため、休み時間の外遊びの機会が少なかったが、今年度から休み時間の運動場利用の制限を解除し、運動遊びを実施する児童の増加を図る。

## 【取組み】

### 毎週水曜日を「外遊びの日」に

1週間の総運動時間を延ばすためにも、水曜日を「外遊びの日」と設定し、昼休みの時間に、外で遊ぶことを奨励する。また、担任も含めてクラスが一つになって遊べるようにする。

### 各種トレーニングをマイ・スタディタイムで

毎週火・水・金のマイ・スタディタイムに、6～7月に水泳（3～6年）、9～10月に陸上（5・6年生）、休み時間に11～12月は持久走（全学年）の練習を行い、体力向上と自己の記録更新を目指す。

### 体育の授業を通して

各学年に応じた運動種目の学習カード（さぬきっ子チャレンジカード、自作カード等）を用いて、基礎体力の向上や運動技能の強化を図る。（水泳・鉄棒・なわとび・持久走・マット・跳び箱）

### 環境を整える

竹馬、一輪車、ジャンピングボード等、休み時間を利用して進んで運動ができる環境を整備する。また、「運動場の使い方」のルールを守ることで、安全に使用できるようにする。

## 【目標】

- ① 新体力テストの数値における目標
  - ・令和5年度体力テストに向けて、昨年度大きく下回っている種目の値を県平均に近づける、またはそれより上回ることができるようにする。
- ② 運動に対する意識・運動習慣における目標
  - ・「体育が好き」と答える児童の割合を増加させる。
  - ・長い休み時間に運動遊び等を実施する児童の割合を増加させる。