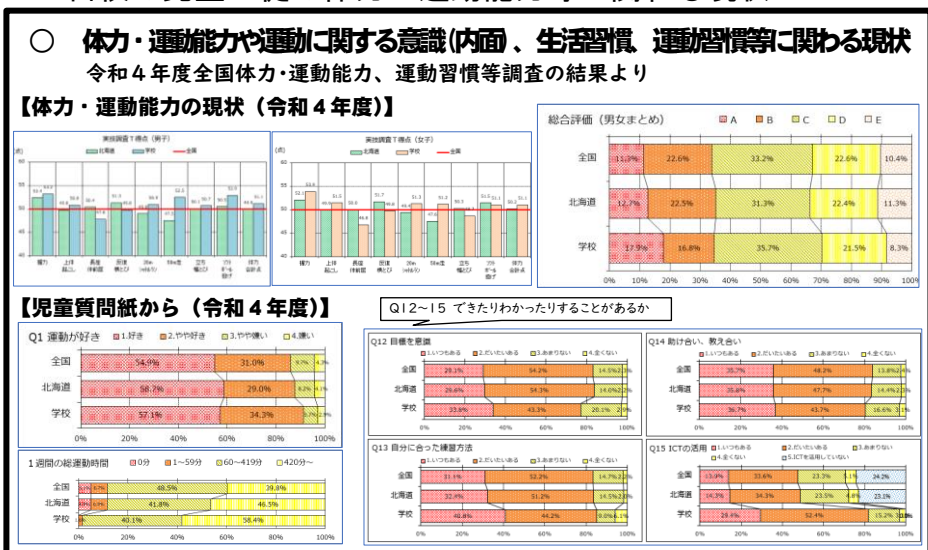


岩見沢市立南小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

令和5年度 岩見沢市立南小学校 体力向上プラン

1 自校の児童生徒の体力・運動能力等に関わる現状



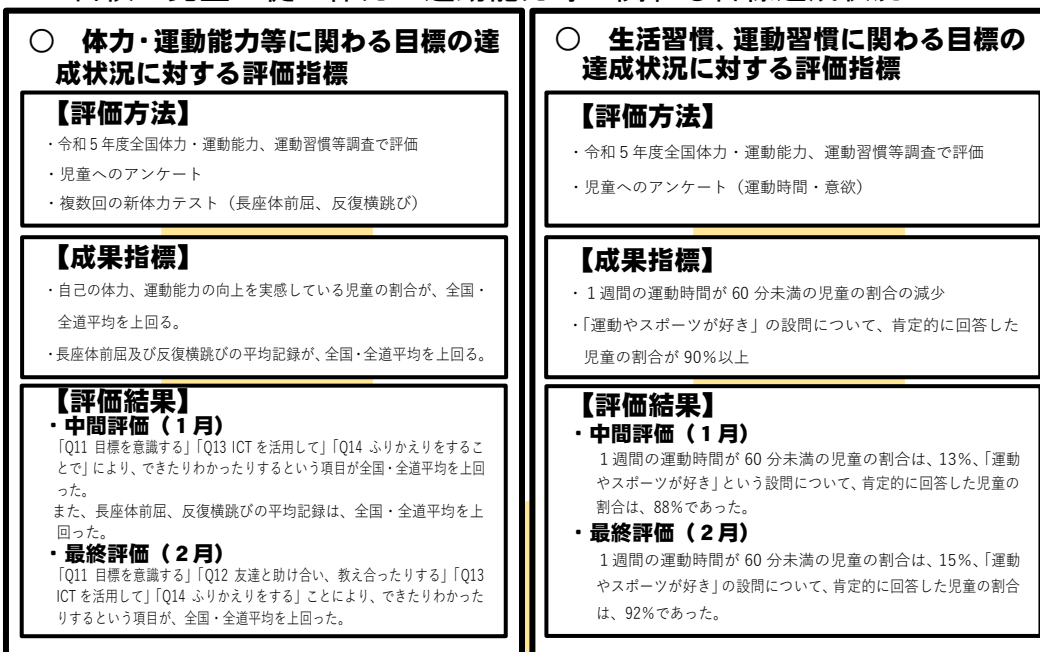
2 自校の児童生徒の体力・運動能力等の現状から分析した課題

- **体力・運動能力等に関わる課題**
- 【体力・運動能力】
 令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果より
 ・令和3年度は、立ち幅跳び(男女)と握力(女子)、ソフトボール投げ(女子)以外は全国平均を下回っていたが、令和4年度は、全国平均を下回る種目が減った。
 ・全国平均を下回っているのは、長座体前屈(男女)、反復横跳び(男女)、立ち幅跳び(女子)である。
 ・柔軟性(男女)、敏捷性(男女)、瞬発力(女子)に課題がある。他に比べて、柔軟性は大きく平均を下回っていることから、柔軟性を高める運動について、体づくり運動を中心として様々な領域で取り組む必要がある。
 ・体力合計点は微増である。
 ・下位層の割合が、全国・全道平均より高い。
- **生活習慣、運動習慣に関わる課題**
- 【児童質問紙】
 令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果より
 ・「運動やスポーツが好き」という設問に対し、肯定的に回答した児童の割合は92%で、全国・全道平均より高いが、運動能力の向上につながっていない児童がいる。
 ・「目標を意識したり教え合いをすることで、できたりわかったりする」という設問に対して、肯定的に回答した児童の割合は、全国・全道平均より低い。
 ・総運動時間においては、60分以上の児童の割合が98%、0分の児童の割合が0%と、ほとんどの児童が体を動かす習慣がある。しかし、休み時間に体を動かす児童は固定化されているため改善に向けた取組が必要。

3 自校の児童生徒の体力・運動能力等に係る目標

- **体力・運動能力等に関わる目標**
- ・体育の授業改善を通して、体力・運動能力の向上を図る。
 - ・体育授業の中で協動的に学ぶ時間を設定するなどの工夫をおとして、「できた」を実感したり、意欲的に運動に取り組んだりする児童を育成する。
- **生活習慣、運動習慣に関わる目標**
- ・運動の楽しさを味わうことで、意欲的に運動に取り組む児童を育成する。
 - ・体育以外で体を動かす時間を作る児童を育成する。

4 自校の児童生徒の体力・運動能力等に関わる目標達成状況



5 自校の児童生徒の体力・運動能力等に応じた具体的な取組【1校1実践】

- 1 授業改善と運動プログラムの検証**
- ・北海道教育大学岩見沢校と連携して、授業の初めに補助運動や多様な動きをつくる運動、体力を高める運動を取り入れる。
 - ・児童が「できた」を実感できるよう、練習の場の工夫や、協動的に学ぶ時間の設定を工夫する。
- 2 児童会活動と連携し、授業以外で運動する機会をつくる**
- ・全身持久力を高める持久走(「持久走チャレンジ」)を9月から10月に行う。
 - ・季節ごとにスポーツイベントを行ったり、スポーツTV(動画)を制作したりして、全校に運動の楽しさや運動のポイント等を発信したりする。
- 【取組指標】**
- 1 全学年・全単元で継続的に実施し、月末に振り返りを行う。
 - 2 児童会と連携して時期を設定する。

6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・今年度は、新体力テストの結果や児童の実態を分析するとともに、北海道教育大学岩見沢校と連携し、授業の導入で取り入れる運動を工夫した。今後も学年や単元の内容に応じた運動を工夫し、その取組を管内に周知していく。
- ・「目標を意識する」「友達と助け合い、教え合いをする」「ICTを活用する」「振り返りをする」ことで、児童の「できる・わかる」につながっている。次年度以降も、単元を通して計画的に設定していく。

目指す子どもの姿

- ・ 元気いっぱい身体を動かす子
- ・ 元気いっぱい健康に気をつける子

全ての児童が楽しく、意欲的に取り組むことができる授業づくり

体育専科教員等の視点による
授業づくりのポイント

内容のまとめを見通した授業実践のポイント

CHECK

① 児童が「できた」「わかった」を実感できる工夫

- ・ 児童が見通しをもって学習を進めるための大型テレビやホワイトボード、クラウドを活用した「本時の課題や学習の進め方」や「技のポイント」などの共有
- ・ 1人1台端末の録画機能を活用した児童が自己の動きを見て課題に気付いたり、単元を通して課題解決のための練習方法や作戦を考えたり、実践したりする時間の設定

② 児童が友達と「かかわる」ことの大切さを実感できる工夫

- ・ 本時の課題に基づいた技や作戦についての理解を深めるため、児童が「話し合いに対する目的や視点」を把握するための工夫
- ・ 自己変容及び他者の考えとの共通点や相違点に気付かせるためのクラウドを活用した振り返りの蓄積

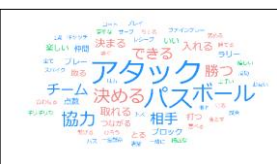
単元の「導入」場面における指導の手立て

① オリエンテーションの工夫

ICT機器を活用し、単元で扱う運動の動画を見ることにより、児童の「やってみよう」という意識を高めるようにした。また、児童が見通しをもって学習に取り組めるよう、単元で目指す姿や学習の流れを児童と共有した。

② 児童の言葉から学習課題を設定する工夫

事前の児童アンケートや、単元の1時間目の簡易ゲームによる振り返りから児童の現状を把握し、次時の学習課題につなげることにし、主体的に運動に取り組めるようにした。



【事前アンケートをテキストマイニングで分析】

今日は6年生になって初めてバレーをしたけど、やっぱりあまりできなかった。アタックで点数を取れることもあって良かったけど、どこに狙えば良いかなどを考えたながら打てるようになりたい。(OO)

みんなボールをキャッチすることはできたから良かった。でも攻撃の部分がいまいち良くなかったから改善したい。(△△)

↓
どんなこうげきをするとういかな？
【振り返りを次時につなげる】

「知識及び技能」の習得の場面における指導の手立て



【動物歩き】 【ゆりかごジャンプ】 【タイムシフトカメラ】

① 単元に合わせた補助運動の工夫

基本的な技能の定着に向け、ボール運動では、ドリブルやシュート、ボールタッチを設定したサーキット、表現運動では、音楽に合わせて体を動かす運動、器械運動では、動物歩きやゆりかご運動などの多様な動きをつくる補助運動を行った。

② ICT機器の活用

児童に技能のポイントを伝えるとともに、児童がクラウドにある動画やイラストなどの視覚的な資料をいつでもどこでも見られるようにした。また、児童が自己の課題を見つける手立てとしてタイムシフトカメラ、記録として残す手立てとして動画の撮影・保存をするなど、目的に合わせて活用した。

「知識及び技能」の活用の場面における指導の手立て

① 相手がいないところをねらう作戦



【作戦を選ぶ】

【コート図を使って作戦を例示】

① 作戦の例示の工夫

チームで作戦を考える際、教師が児童の実態に応じた作戦を複数提示するとともに、児童が1人1台端末にあるコート図を活用しながら、選択した作戦に応じた友達やボールの動きを伝えたり、動画を見て動きをイメージしながら考えたりすることができるよう工夫した。

② 効果的な練習方法を選択させるための工夫

児童がチームの実態や自己の課題に応じた効果的な練習方法を選択できるように、単元をとおして補助運動で身に付く力を意識させるとともに、選択した作戦を実行するための練習方法と補助運動とのつながりについても考えさせた。



体力向上に向けた授業以外の組織的な取組



体育専科教員等の視点による授業以外の取組のポイント

児童会（体育委員会）との連携



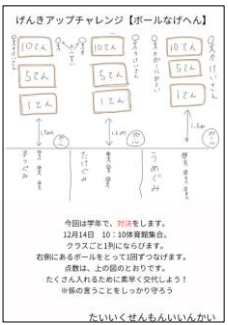
【スポーツTV（動画）作成】

今後学習する予定の単元や、児童が技のコツやポイントをつかみたいと考えた動きについての紹介動画を2本作成した。



【スポーツイベントの企画、実施】

全校児童が楽しめるよう、ルール等を工夫した「持久走」「ボール投げ」「雪中宝探し」のイベントを行った。



栄養教諭や地域の専門家との連携



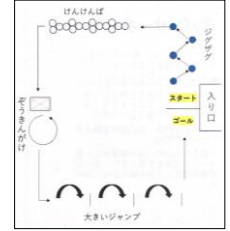
【栄養教諭との連携】

栄養教諭による栄養指導を行い、五大栄養素や元気な体をつくるために必要な食事等について学習した。



【北海道教育大学岩見沢校との連携】

教育大学の体育系学部の教授や学生の協力を得て、新体力テストの計測を行った。結果をもとに、授業の導入において、体力向上に係る取組や多様な動きの運動を取り入れたプログラムを行った。



これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

- ・昨年度の新体力テストの結果から、全校的に全身持久力に課題が見られたため、授業の導入において、走る運動を取り入れたり、運動量を確保したりすることを意識した授業づくりを展開した。その結果、今年度の新体力テストでは、全国平均を上回った。
- ・児童が自己の運動能力の向上を感じられるように、「めあての焦点化」「助け合い・教え合い」「ICT機器を用いて学ぶ」「振り返り」の4点を意識した授業づくりを行った。自己の運動能力の向上に係る児童アンケートの結果から、肯定的に回答した児童の割合が83%から90%に増加した。また、友達と関わって学ぶ時間を意図的に設けたことにより、「助け合い・教え合い」をすることで、運動能力の向上を実感した児童の割合が増加した。

体力向上に向けた今後の具体的な取組

- 教員全体の指導力の向上
全教員が同じ視点で体育の授業を行うことができるよう、これまでに作成した資料の提示や学んできた知識を積極的に発信していく。また、教員の体育授業に対する「できる」「わかる」につなげていくことができるよう、実技研修を行って教材や運動のバリエーションに対する理解を深める機会を設定したり、学級担任と連携した授業改善を一層充実させる。
- 授業の導入場面の工夫
今年度の授業の導入場面では、本時の学習につながる補助運動や多様な動きを行うことができるサーキット運動を取り入れた。今後は、今年度の取組が体力向上につながっているかを検証・改善していく。
- 体育以外でも進んで体を動かす児童の育成を目指す
休み時間に体育館や屋外に出て体を動かす児童が増えるよう、家庭への啓発を行うとともに、連携した取組を進めていく。