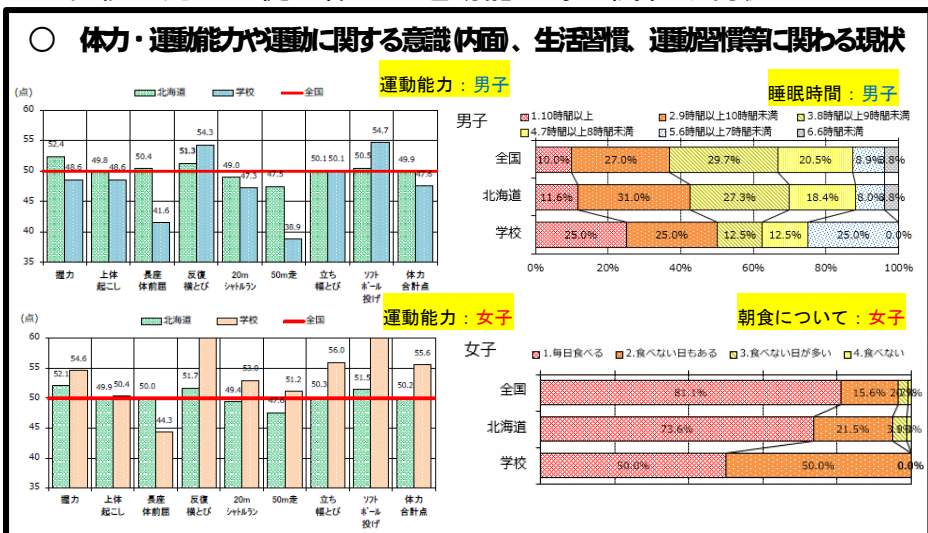


松前町立松城小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

令和5年度 松前町立松城小学校 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**

- 男子は、50m走と長座体前屈で全国及び北海道と大きな差がある。
- 女子は、多くの種目で北海道及び全国を上回っているが、長座体前屈では、課題が残っている。

○ **生活習慣、運動習慣に関わる課題**

- 男子は、睡眠時間が6時間未満の児童が25%である。
- 女子は、朝食を食べないことがある児童が半数もいる状況であるため、計画的に生活指導や家庭との連携をする必要がある。

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**

- 「体の柔らかさを高める運動」を単元の中でバランスよく取り入れ、体力の向上を目指す。
- 個々に目標をもたせ、達成感を味わわせることを通して、主体的に運動に取り組む児童を育成する。

○ **生活習慣、運動習慣に関わる目標**

- 児童自身が規則正しい生活の価値に気づき、進んで望ましい行動をする自己指導能力を育成する。
- 家庭と「松前っ子3リズム」についての共通理解を図り、規則正しい生活習慣の定着を目指す。

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

○ **体力・運動能力等に関わる目標の達成状況に対する評価指標**

【評価方法】

- 新体力テスト
- 学習状況の把握

【成果指標】

- 男子の50m走及び長座体前屈、女子の長座体前屈のT得点が全国以上
- 「運動が好き」と回答する児童が80%以上

【評価結果】

- 中間評価(10月)**
「運動が好き」と回答する児童が93%だった。
- 最終評価(2月)**
男女共に長座体前屈は全国を上回った。「運動が好き」と回答する児童は中間評価と同様で93%であった。

○ **生活習慣、運動習慣に関わる目標の達成状況に対する評価指標**

【評価方法】

- 学校評価
- 児童へのアンケート

【成果指標】

- 睡眠時間6時間未満が10%以下
- 朝食を「食べない日もある」「食べない」と回答する児童の割合が0%

【評価結果】

- 中間評価(10月)**
睡眠時間6時間未満が13%、毎日朝食を食べない児童が46.7%だった。
- 最終評価(2月)**
睡眠時間6時間未満が13%、毎日朝食を食べない児童が33%と、課題が残っている。

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 遊びの中で運動に触れることができる運動環境整備

遊びのルールを掲示したり、運動種別で取り組める常設コーナーを設置したりすることを通して、児童の遊びの幅を広げ、積極的に運動に取り組もうとする態度を育成する。

2 児童会と連携した体力向上の企画

子どもたちが主体となって、体力向上の企画「球技」「長距離走」「鬼ごっこ」「なわとび」などを行うことを通して、体力の向上を図る。

3 体育見学カードの導入

体育授業に参加できなくても、学習内容を理解したり、友だちの動きのよさに気付いたりしようとする意欲をもたせ、運動の楽しさやおもしろさに触れさせる。

【取組指標】

- 季節に応じた遊びを設定し、全学年で取り組む。
- 長距離走は、町のマラソン大会付近に実施する。
- 見る視点を明確にし、相互評価を継続的に行う。

6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- 地域・家庭と連携し、生活習慣や運動習慣の改善を図るとともに、児童が身近な生活における課題解決に向けて主体的に取り組むことができるよう指導する。
- 発達段階を踏まえた指導を行うことで、体力の向上に向けた授業改善の充実を図る。

松前町立松城小学校

全校児童数 99名 (男子58名 女子41名)

教職員数 22名 兼務校 (巡回校) 松前町立大島小学校・小島小学校

目指す子どもの姿

- ・自ら学び、よく考え判断して生きる子
- ・他を思いやり、自信をもって生きる子
- ・健康安全に気をつけ、たくましく生きる子

全ての児童生徒が楽しく、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

内容のまとめりを見通した授業実践のポイント

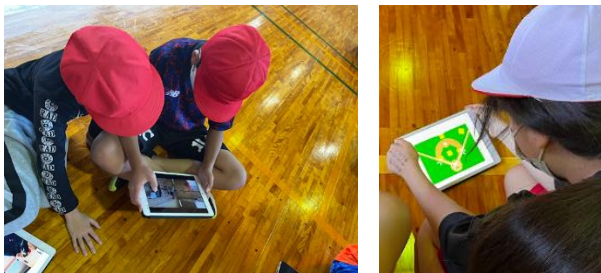
- ・単元のゴールを見通した学習活動
オリエンテーション時に学習のゴールを児童と共有することにより、児童の主体性を引き出す。
- ・ICTを効果的に活用した学習活動
思考や運動感覚を可視化することにより、運動技能の向上と互いに学び合う態度を養う。

単元の「導入」場面における指導の手立て



- 単元の見通しと学習のゴールの共有
- 知識及び技能の習得や運動感覚を培う活動

「知識及び技能」の習得の場面における指導の手立て



- 思考と運動感覚の可視化
 - ・自分やチームの動きを客観的、俯瞰的に捉えられるよう、見直す視点を明確に示す。
 - ・チームで作戦等を考えさせる。

「知識及び技能」の活用の場面における指導の手立て



- 多角的な視点からの振り返り
 - ・審判や動画撮影など、様々な視点から振り返らせる。
 - ・勝敗より楽しさを実感できるようにする。

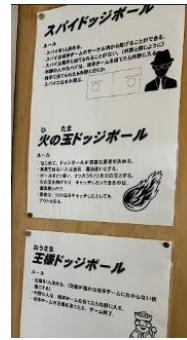


体力向上に向けた授業以外の組織的な取組



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

遊びの中で体力向上を図る



- ・「なげるくん」を導入し、投げる動作の習得を図るなど、運動に消極的な児童に対する運動機会を確保した。
- ・体育授業において安全で効果的な取り組み方を指導するなど、遊びが自然と運動につながる環境を整備した。

家庭でも運動に親しみをもたせる

夏休み
運動ビンゴ!

年 名前

公園で遊んだ!	散歩をした!	ラジオ体操をした!	なわとびの裏とびにチャレンジした!
壁止がりにチャレンジした!	*	*	ダンスをした!
ボールを使ってスポーツをした!	*	*	泳ぎがうまい!
スポーツ観戦をした! (TV, SNS)	ジョギングをした!	自転車をこいだ!	散歩をした!

●やったところに「目付」を書こう! いくつビンゴできるかな?
●「*」のところは、自分で取り組んだ運動を書いてみよう!
●これは、書籍ではないので、学校に持っていかなくてもよいです!

- ・長期休業期間中に、家庭でも運動に取り組む意識をもたせることができるよう、児童の発達段階を踏まえた「運動ビンゴ」を作成した。
- ・児童の生活習慣の改善につながるよう、「朝ごはんを食べた」「8時間以上寝た」など生活に関する項目を設定した。

これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

- ・遊びの中で体力向上を図ることができる機会を確保したことにより、「投げる運動」では、男女共に改善が見られた。
- ・体育授業と日常生活を関連付けて継続的に取り組んだことにより、「上体起こし」では、児童が姿勢の維持などについて意識するなど、主体的な取組を行うことができた。

体力向上に向けた今後の具体的な取組

- ・新体力テストの結果等から「握力」、「上体起こし」に課題が見られたことから、体育授業を要として、体力の向上を目指すとともに、体育の授業以外の運動の機会を計画的に位置付ける必要がある。
- ・体力テストの運動種目につながる運動を取り入れられるよう、単元や授業を構想していく必要がある。
- ・体力の現状について全職員で共通理解を図り、授業改善につなげる必要がある。