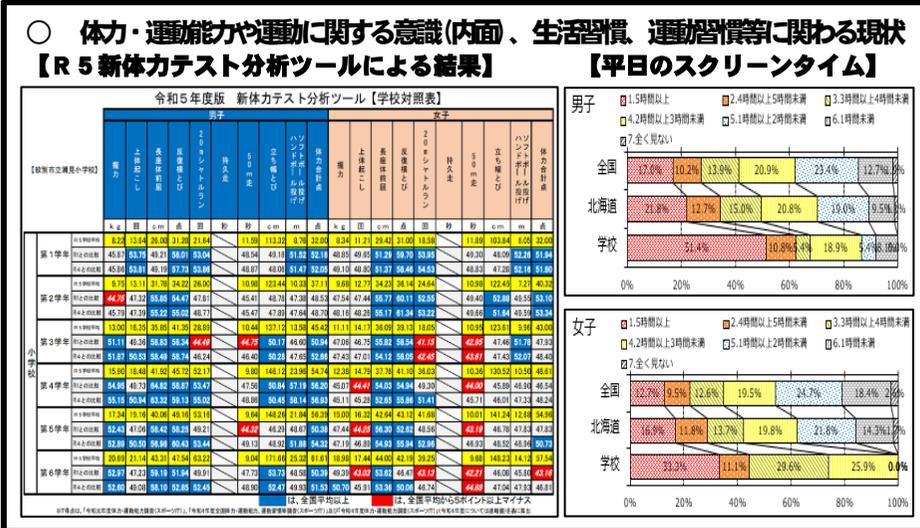


# 紋別市立潮見小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

# 令和5年度 紋別市立潮見小学校 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



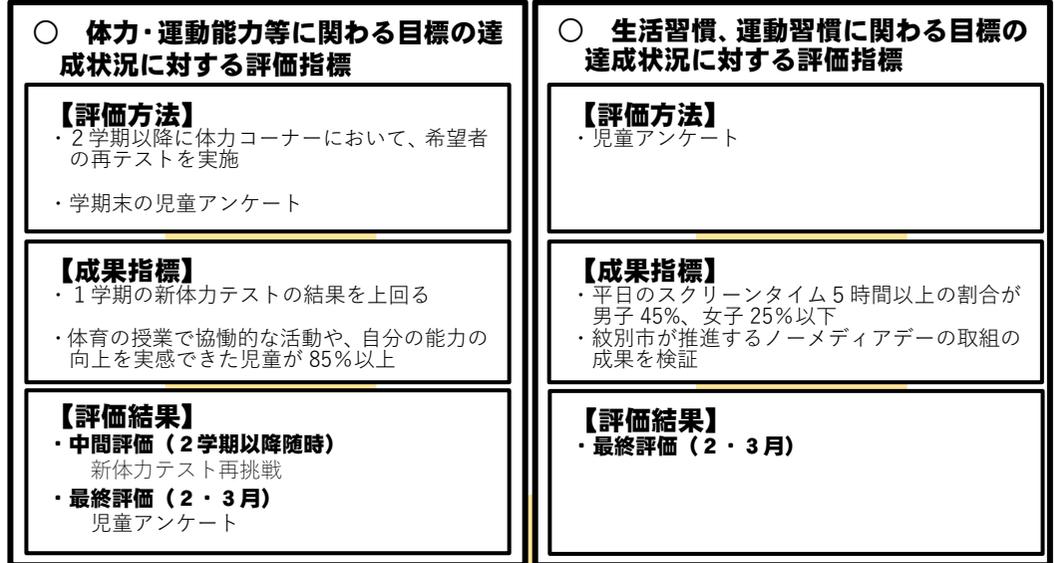
## 2 自校の児童生徒の体力・運動能力等の現状から分析した課題

- **体力・運動能力等に関わる課題**
  - ・全体的に「50m走」のT得点が低く、走力に課題がある。
  - ・新体力カテスト全校児童の運動総合評価D・E判定の割合が、前年度と比較して29→24%となったが、更なる体力向上の取組を充実させていく必要がある。
- **生活習慣、運動習慣に関わる課題**
  - ・男女とも、全国・全道・紋別市の他の学校と比べ、平日のスクリーンタイムが長く、生活習慣に課題が見られる。(5時間以上の割合が男子 51.4%、女子が 33.3%)

## 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**
  - ・「50m走」のT得点において、全国平均との差を5P以内にする。
  - ・新体力カテストの運動総合評価において、全校のD・E判定の割合を25%以下にする。
- **生活習慣、運動習慣に関わる目標**
  - ・体育通信、学校HP等を通して、家庭との情報共有を図る。
  - ・どさん子元気アップチャレンジの取組を開始する。

## 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 日常的に運動に取り組める環境整備**
    - ・職員室前等、校内に体力テストコーナーを設置する。
      - ①握力 ②上体起こし ③立ち幅跳び ④長座体前屈 ④反復横跳び
  - 2 運動委員会企画の実施**
    - ・秋に全校球技大会(ドッジボール)、冬に全校おにごっこを計画している。
    - ・球技大会では、清掃活動を行っている縦割り班がトーナメント方式で戦い、異学年交流と体力向上を目指す。
    - ・おにごっこは現在計画中で、2月に実施予定である。
  - 3 職員への周知**
    - ・ミニ研修や体育通信等を通じて、教員間で体育の活動について交流する。
    - ・各学級担任の先生方が行っている取組や、研修等で知ったり学んだりした情報を発信する。
- 【取組指標】
- 1 体力テスト時の記録を超えたら、記録カードを書き換える。
  - 2 昨年度の反省を生かし、よりよい大会になるよう委員会と連携する。
  - 3 定期的に専科として感じたことを発信する。

## 6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・体育専科がいなくても、これまで同様、様々な取組を実施できるよう、専科として学んだことや感じたことを整理し、データの引き継ぎ等を含めた学校の組織体制を整える。

# 紋別市立潮見小学校

全校児童数 311名 (男子165名 女子146名)  
教職員数 40名

## 目指す子どもの姿

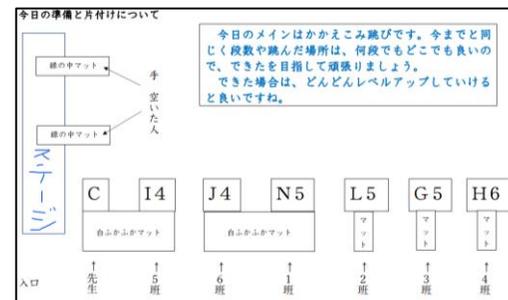
- ・ 運動の楽しさを味わい、進んで運動に親しむ子
- ・ めあてに向かって、繰り返し運動に取り組む子
- ・ 仲間とともに仲良く運動する子

## 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

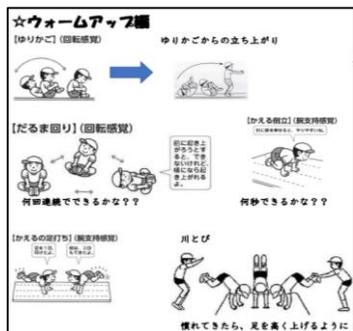
体育専科教員等の視点による  
授業づくりのポイント

### 内容のまとまりを見通した授業実践のポイント

- ・ 目指すゴールを明確化し、課題や振り返りを共有する機会の設定
- ・ 課題解決に向けたICTの活用や協働的な活動の場の設定
- ・ 個々の課題に沿ったスモールステップを意識した練習の場の設定



### 単元の「導入」場面における指導の手立て



- ・ ICTを活用した主運動につながる運動の確認

- ・ 活動の見通しにつながる動画を視聴することによる目指す姿の共有

### 「知識及び技能」の習得の場面における指導の手立て



【NHK for School等を活用した見本動画】

- ・ ICTの活用による個人課題に合わせたモデルの提示
- ・ スモールステップを意識した練習の場の設定

### 「知識及び技能」の活用場面における指導の手立て



- ・ 自分の動きを動画で確認し、身に付けた技能を確認
- ・ 児童同士で作戦や振り返りを共有することによる新たな気づき



# 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

## 運動環境の整備

おうさま ぜんこうきゅうぎたいかい  
**王様ドッジ 全校球技大会**  
 王様は掃除で決めて  
 ください そうじ ひと ぼしよ  
 ・10月5日～・チームは掃除の人たち・場所:グラウンド  
 けっしょう たいいくかん  
 じかん ふん あいだ 決勝だけ体育館  
 時間は5分 その間でできるだけやる  
 かいめ びょう おうさま き ひ わ おうさまどうし  
 2回目から10秒で王様を決める 引き分けは王様同士で  
 せん ふ あいて ジャンケン  
 線を踏んだら相手ボール  
 ゆうしょうめざ  
**優勝目指してがんばってください!**



- いつでも誰でも運動に取り組める環境づくりとして、校内に体力テストコーナーを設置
- 委員会が企画した「全校球技大会」の実施

## 情報の発信・共有

### 体力テスト結果

今後の体育授業改善等、児童の体力向上に向けての参考資料にしたいだけだと思います。

ちなみにツール内にある数値はT得点といえます。『全国平均値に対する相対的な位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較する平均値50点、標準偏差10点の標準得点。〔T得点=50+10×(調査結果-平均値)/標準偏差〕』だそうです。全国平均との比較値ということですね。つまりR1年、R4年当時のそれぞれ同年の全国平均と比べた値ということになるかと思います。(R2、R3はコロナ禍により未実施)



- 体育の授業、日々の運動に関わる校内での取組内容、北海道や他都府県の取組内容等を体育通信やHPにおいて情報発信

### どさん子元気アップチャレンジ



縄跳びにチャレンジして、体力アップをめざそう!

①なわとびトライ (前跳び90秒チャレンジ) の記録

	1位	2位	3位	・・・	HP
1年生	307回	250回	247回	・・・	169回
2年生	403回	366回	350回	・・・	205回
3年生	469回	439回	400回	・・・	227回
4年生	430回	410回	395回	・・・	238回
5年生	414回	386回	384回	・・・	236回
6年生	444回	410回	401回	・・・	243回

②なわとびチャレンジ (2重跳び60秒チャレンジ) の記録

	1位	2位	3位	・・・	HP
1年生	51回	31回	30回	・・・	9回
2年生	88回	71回	67回	・・・	40回
3年生	92回	90回	82回	・・・	70回
4年生	88回	82回	80回	・・・	63回
5年生	122回	96回	88回	・・・	63回
6年生	136回	118回	111回	・・・	98回

③なわとびスピード (かけ足跳び30秒チャレンジ) の記録

	1位	2位	3位	・・・	HP
1年生	128回	124回	123回	・・・	67回
2年生	110回	105回	103回	・・・	62回
3年生	129回	115回	113回	・・・	102回
4年生	117回	110回	106回	・・・	100回
5年生	119回	105回	104回	・・・	100回
6年生	127回	117回	111回	・・・	100回

## これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

	1年		2年		3年		4年		5年		6年		合計	割合
	男子	女子												
在籍者数	25	19	18	22	28	23	26	29	31	25	38	28	312	
実施者数	25	19	18	22	24	23	23	28	31	25	31	24	292	
A	5	4	2	3	3	3	8	2	8	2	5	5	50	17%
B	8	4	3	8	11	4	7	10	8	8	10	4	85	29%
C	8	8	6	8	6	9	4	6	7	10	8	6	86	29%
D	1	1	7	2	3	4	2	8	6	3	6	4	47	16%
E	3	2	0	1	1	2	2	2	2	2	2	5	24	8%
A+B+C+D+E	25	19	18	22	24	22	23	28	31	25	31	24	292	99%

【令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査実技結果】

- 昨年度に比べ、D・E判定の割合が減少し、目標としていたD・E層の割合25%以下を達成
- 日常の体育授業や休み時間における体力向上に係る取組が充実

## 体力向上に向けた今後の具体的な取組

- 体育専科教員の配置がない場合でも、同様に行える取組、難しい取組を整理し、専科として学んだことや感じたことを伝えることができるように、データを残し組織体制を整える。
- 授業以外でも、自主的に運動したいと思えるような継続した運動環境づくりを充実させる。