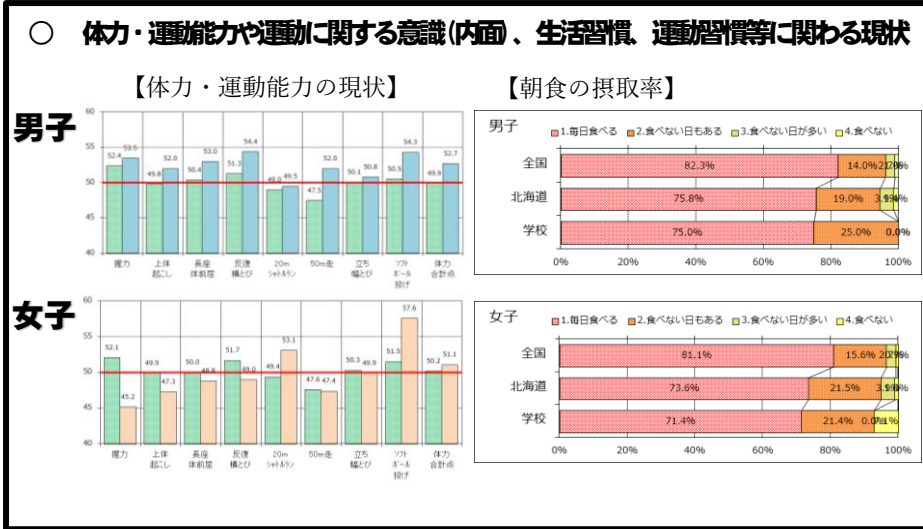


本別町立本別中央小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

令和5年度 本別町立本別中央小学校 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**
- ・男女ともに走能力に課題があるとともに、女子の体力・運動能力に課題があることから、体育授業の導入の主運動につながる運動遊びやサーキットトレーニングにより、多様な動きの工夫や体づくり運動の充実を図る必要がある。
 - ・振り返りの活動が、児童の「できた、わかった」という実感につながっていないことから、ICTを活用した学びの蓄積を行うとともに、学習カード等を活用した評価とフィードバックの充実を図る必要がある。

- **生活習慣、運動習慣に関わる課題**
- ・朝食の摂取率やスクリーンタイム、睡眠時間等の生活習慣に係る項目に課題があることから、保健の授業を通じて自身の生活習慣を見直したり、栄養教諭や養護教諭と連携した系統的、計画的な食育の実施を行ったりするとともに、生活習慣の改善に向けて、家庭や地域、社会教育等との連携を図る必要がある。

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**
- ・体育授業において、主運動につながる運動遊び等の多様な動きを行う機会を設定し、バランスのよい体力・運動能力の向上を図る。
 - ・体育授業において、自己の変容や体力の向上を実感させる取組の充実を図り、主体的に運動に取り組む子どもを育成する。

- **生活習慣、運動習慣に関わる目標**
- ・早寝・早起き・朝ご飯等の望ましい生活習慣やその必要性について理解し、自身の生活習慣を改善できる力を育成する。
 - ・体育授業以外でも日常的に運動に親しみ進んで運動する子どもを育成する。

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

○ **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】

- ・体力・運動能力の向上に係る児童アンケート
- ・新体力テストの複数回実施

【成果指標】

- ・自分の体力・運動能力の向上を実感している子どもの割合が80%以上
- ・握力・上体起こしの記録が6月の自身の記録を上回る児童80%以上

【評価結果】

- ・**中間評価(10月)**
 - ・85%の児童が体力・運動能力の向上を感じているとともに、60%の児童が記録を上回った。
- ・**最終評価(2月)**
 - ・体力・運動能力の向上の実感において、85%であったことから、中間評価から数値に大きな変化は見られなかった。
 - ・女子握力は16.36と全国平均を上回る結果となった。

○ **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】

- ・運動時間や意欲に係る児童アンケート
- ・学校評価

【成果指標】

- ・朝食の摂取率において毎日食べると回答する児童の割合が90%以上
- ・「早寝・早起き・朝ごはん」が定着してきたと回答した保護者の割合が80%以上

【評価結果】

- ・**中間評価(10月)**
 - ・朝食の摂取率において全国体力・運動能力、運動習慣等調査から数値に大きな変化は見られなかった。
 - ・学校評価において「早寝・早起き・朝ごはん」が定着してきたと回答した保護者の割合が約82%であった。
- ・**最終評価(2月)**
 - ・朝食の摂取率及び「早寝・早起き・朝ごはん」の定着について、85%であったことから、中間評価から数値に大きな変化は見られなかった。

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

- ・体力向上に係る学校課題の改善及び各時間のねらいとする主運動につなげられるよう、授業の導入でサーキットトレーニングや主運動につながる運動に取り組む。
- ・「できた、わかった」を実感できるよう、スモールステップの場など、学習の場や環境の工夫、仲間と協力的に学ぶ場を設定する。

2 ICTの活用

- ・動画撮影により自分の動きを客観視させるとともに、師範映像と自分の運動の動きを比較、観察させたり、児童が相互に運動のポイント等を交流したりすることにより、技能の習得を目指す。
- ・アンケート機能を活用し、課題発見や課題解決に向けた振り返りを行うとともに、振り返りの蓄積により児童に自己の変容や体力の向上を自覚させる。

【取組指標】

- 1 全学年・全単元に継続的に実施し、月末には振り返りを行う。
- 2 3～6年の器械運動系やボール運動系を中心に活用し、単元終了後は振り返りを行う。

6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・体育専科教員活用事業の終了後も実践が継続されるよう環境整備や資料の作成及び共有を行う。
- ・全教職員の体育科の指導力向上のため、授業づくりに係る指導助言や情報提供、校内研修の充実を図る。

本別町立本別中央小学校

全校児童（生徒）数 161名（男子 86名 女子 75名）
教職員数 19名

目指す子どもの姿

～自ら高めようとする子ども～

○考える子 ○助け合う子 ○がんばる子

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

- ・ 「できた」「わかった」を実感するための時間と学習の場の工夫
- ・ ICTを活用したペア・グループ等による協働的な学習の場の設定
- ・ 学んだことを振り返り、気づきを交流する場の設定

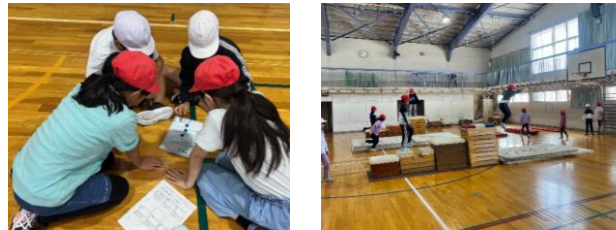
CHECK

単元の「導入」場面における指導の手立て



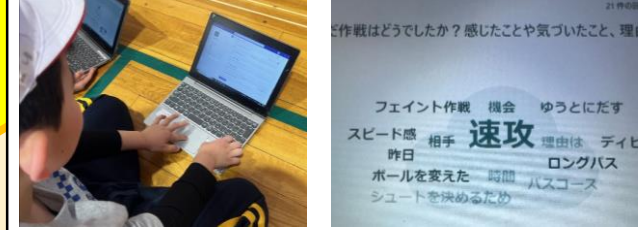
- ・ 単元で身に付けさせたい資質・能力を児童と共有するオリエンテーションの実施
- ・ 児童の「楽しい」「やってみたい」という意欲を引き出す主運動につながる運動遊びの実施

「知識及び技能」の習得の場面における指導の手立て



- ・ 自己や仲間の課題解決に向けた、自分の考えをまとめたり、協働的に解決方法を考えたりする場面の設定
- ・ 教材・教具や練習の場の工夫による多様な運動の場の設定

「知識及び技能」の活用場面における指導の手立て



- ・ 学習内容に対する「できた」「わかった」や自己及び仲間の成長を実感するための1人1台端末を活用した取組の成果と課題の共有・交流
- ・ 動きの質や自己肯定感を高める学習カード等を活用した評価とフィードバック



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

～運動効果を高め、体育活動を充実させる環境整備～



- ・教材・教具の使いやすい配置の工夫により、児童の学習意欲や学習効果が高まるとともに、遊びの充実が図られ、運動量の増加につながった。
- ・教育課程を見直し、全学年で鉄棒の実施時期を揃え、体育館に鉄棒を常設したことにより、休み時間等に、鉄棒遊びを行う児童が増加した。

～教職員の指導力向上に向けた取組～



- ・年間2回の校内実技研修を実施し、運動の系統性や運動のポイントの理解を深めるとともに、日常的な体育授業に係る打合せや振り返りを通じて、教職員の指導力向上を図った。
- ・十勝教育局による授業実践動画の十勝管内への発信に向けた授業公開や町内全ての小学校への訪問指導等を通じた実践の普及を行った。

これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査において、4項目で全国平均を上回るとともに、調査結果を踏まえた授業改善を行ったことにより、12月に実施した2回目の計測において、新たに3項目で全国平均を上回るなど、児童の体力向上につながった。
- ・児童が、「できた」「わかった」を実感できるよう、教材・教具や練習の場を工夫し、振り返りの充実を図った授業改善を行ったことにより、学校独自の児童アンケートにおいて、「体育や体を動かすことが好き」の質問に対し、95%の児童が肯定的に回答するなど、児童の運動意欲の向上につながった。

体力向上に向けた今後の具体的な取組

- ・体育専科教員を中心に推進した主運動につながる運動遊びやサーキットトレーニングを取り入れた導入や運動量を確保する展開の工夫等の授業改善の継続
- ・校内研修と関連を図った「個別最適な学び」と「協働的な学び」の一体的な充実に向けたICTを効果的に活用した体育授業の組織的な推進
- ・家庭や地域と連携した早寝・早起き・朝ごはん等の生活習慣や運動習慣の改善の取組の推進