

新冠町立新冠小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

令和5年度 新冠町立新冠小学校 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

○ **体力・運動能力や運動に関する意識(内面)、生活習慣、運動習慣等に関わる現状**

【新冠町立新冠小学校】	男子										女子										
	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		20mシャトルラン		持久走		50m走		立ち幅とび		ソフトボール投げ		体力合計点		
	kg	回	cm	点	回	秒	秒	cm	m	点	kg	回	cm	点	回	秒	秒	cm	m	点	
男子学年平均	8.89	11.39	54.83	28.86	22.44																
R1との比較	48.04	49.53	91.55	53.24	53.88	43.87	55.12	52.98	59.61	48.33	48.89	88.29	51.91	45.36	41.89	55.05	49.89	58.80			
R2との比較	49.90	49.10	90.98	53.02	54.74	44.87	53.54	52.85	59.41	48.58	47.98	87.51	51.14	45.87	41.70	EVALUATE	49.85	58.85			
男子学年平均	11.33	17.50	30.86	32.17	24.71	11.56	129.57	11.29	38.17	11.87	15.80	28.00	32.67	20.62	11.17	123.07	7.99	40.15			
R1との比較	51.40	55.54	54.51	50.99	46.89	39.68	52.29	49.49	50.18	57.31	53.15	46.62	54.82	48.22	47.18	53.25	52.26	52.86			
R2との比較	52.39	55.95	53.89	51.72	47.84	39.73	51.15	49.79	50.26	57.97	54.38	46.20	55.95	48.97	47.51	52.00	52.32	53.10			
男子学年平均	12.50	18.00	31.42	38.56	42.00	11.05	129.32	17.32	45.40	12.59	19.33	35.22	39.33	32.40	11.00	129.50	8.94	48.43			
R1との比較	49.32	52.22	52.44	54.44	52.08	37.18	45.96	52.71	50.91	52.77	56.74	54.56	57.31	52.58	42.31	50.83	48.55	55.43			
R2との比較	50.14	53.44	52.16	55.10	54.88	39.32	46.89	53.93	52.53	53.99	57.10	52.93	56.94	53.58	42.01	50.69	48.73	55.62			
男子学年平均	14.89	19.69	41.44	37.24	33.63	11.12	152.69	13.76	47.03	15.21	15.95	43.06	37.79	20.97	10.65	149.71	12.22	52.29			
R1との比較	51.45	46.24	64.16	47.31	42.82	39.84	54.30	49.79	46.53	54.42	52.58	61.29	49.81	39.87	39.87	56.59	51.63	61.30			
R2との比較	51.83	47.53	62.67	48.69	45.10	39.86	53.04	58.84	47.72	54.32	53.19	58.41	51.28	40.68	42.11	56.27	51.73	62.71			
男子学年平均	19.00	22.76	27.94	45.16	60.52	9.56	164.00	27.53	57.65	16.02	16.87	35.83	35.91	36.00	10.18	151.70	12.09	52.48			
R1との比較	57.41	53.55	42.89	52.33	52.69	45.42	54.49	55.87	51.95	50.31	45.95	48.11	40.86	45.23	40.86	52.25	46.43	44.72			
R2との比較	57.35	56.54	43.49	56.71	56.94	49.77	55.54	58.87	55.61	49.80	47.92	47.40	46.34	49.39	45.26	53.20	47.71	47.94			
男子学年平均	20.44	22.90	30.36	42.67	67.31	8.79	174.63	32.36	64.89	18.09	20.90	37.17	43.00	49.00	9.54	162.05	15.78	55.61			
R1との比較	52.38	50.26	43.33	44.20	51.74	51.02	55.19	56.89	54.34	47.23	50.12	45.32	47.90	48.57	44.21	53.04	48.88	49.81			
R2との比較	52.95	52.19	42.46	46.01	54.19	51.61	53.79	57.19	55.25	48.74	52.85	45.33	51.27	52.19	46.54	53.36	51.05	44.53			

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、50m走と20mシャトルラン、長座体前屈、反復横とびなど持久力、柔軟性、瞬発力、敏捷性を必要とする種目に課題がある。
- **生活習慣、運動習慣に関わる課題**
 - ・放課後や休み時間に運動や体を動かす遊びをしている子の割合は、高い傾向にあるが、二極化している様子が見られることが課題である。
 - ・課題解決のための取組を全職員で連携して取り組めていない。

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**
 - ・体育の授業を中心として、敏捷性や持久力、柔軟性を高め、運動能力の向上を図る。
 - ・体育の授業の中で自分の伸びを実感し、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**
 - ・自分の生活習慣を主体的に調整するための自己指導能力を育成する。
 - ・運動の楽しさを味わい、学校以外においても運動に取り組む子どもを育成する。

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】
 - ・新体力テストの複数回実施
 - ・持久走、なわとびの継続的な取組及び振り返りの実施
 - 【成果指標】
 - ・20mシャトルラン、反復横とび、長座体前屈で全国平均以上の児童の割合70%以上
 - 【評価結果】
 - ・持久走やなわとびの取組では、組織的に継続し、各学年で記録を蓄積したことにより、児童の運動の技術的な向上が見られた。
- **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】
 - ・学期に1度の「かんしょうアンケート」の実施
 - ・学校評価の実施
 - ・評価分析会議の実施
 - 【成果指標】
 - ・放課後や休み時間に運動や体を動かす遊びをしている児童の割合が80%
 - 【評価結果】
 - ・熱中症予防の観点から、外遊びが制限されたこともあり、目標としていた80%に届かなかったため、今後は、外遊びと体育館遊びの充実を図ってきたい。

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 多様な運動に親しむことができる「クロスカントリーコース」の実施**
 - 多様な運動ができる場として「クロスカントリーコース」(チェーンウォーク、雲梯、ジグザグ走路など)を設置し、体育の時間の導入時に取組み、記録を蓄積する。
- 2 全校「なわとび」の取組実施(後期)**
 - 体育の時間の導入時などになわとびに取組み、できた技などをなわとびカードに記録として蓄積する。

- 【取組指標】
- 1 全学年で継続的に記録を蓄積から見たタイムの変化
 - 2 一人一人の練習時の目標や振り返りの記述の変容

6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・ICTを効果的に活用した授業改善を推進する。
- ・年間を通して、なわとび運動の取組を継続して実施する。
- ・体力向上や生活習慣の改善に向けた家庭への情報発信を充実させる。

新冠町立新冠小学校

全校児童（生徒）数 214名（男子98名 女子116名）
教職員数31名 兼務校 新冠町立朝日小 新ひだか町立三石小

目指す子どもの姿

- ・運動のよさや楽しさを実感し、進んで体力を高めようとする子
- ・心身の健康や安全について考え、望ましい生活習慣を身に付けようとする子

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

内容のまとめりを見通した授業実践のポイント

- ・単元全体を見通し、1単位時間のねらいを明確にした単元デザイン
- ・自分の課題に合った活動を児童自ら選択する場面の設定
- ・協働的な学びの場面の設定

CHECK

単元の「導入」場面における指導の手立て



「つないでアタック!ソフトバレーボール」
単元のゴール
①キャッチ（レシーブ）～キャッチ（トス）～アタックの流れて得点できるようになる。
②チームの課題に合った練習を選び、課題解決に向けて協力できるようになる!
③自分達に合った作戦を選ぶようになる!
④全員が気持ちよく終われるよう、雰囲気大切にできるようになる!

- ・準備体操において、主運動につながる補助運動を行うことによる、運動量の確保
- ・単元で目指す姿について、オリエンテーションを実施

「知識及び技能」の習得の場面における指導の手立て



- ・自分の技や自チームにおける課題の把握
- ・課題解決に向けた練習の選択
- ・動きのポイントについて視点を明確にし、児童同士で教え合う場の設定

「知識及び技能」の活用場面における指導の手立て



- ・習得した知識及び技能を活用する場面の確保
- ・作戦盤を活用し、作戦を選んだり、1人1台端末を活用して振り返りを行ったりする場面の設定



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

委員会活動と連携した取組



【クロスカントリーの実施】

- ・ 保体部と連携し、児童の運動への関心や意欲を高めるため、校庭の遊具などをコースに盛り込んだ「クロスカントリー」の取組を実施したことにより、運動に取り組む児童が例年より増えた。

PTAと連携した家庭への情報発信



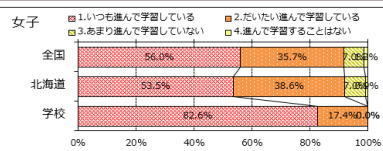
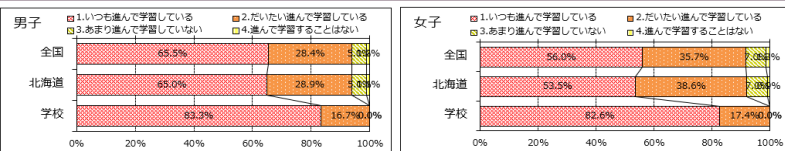
【運動不足解消！親子で運動プログラム】

- ・ 保護者に体育の授業に興味をもってもらうため、PTAの研修会として「運動不足解消！親子で運動プログラム」を実施することにより、体育の学習内容を通して運動に興味をもってもらう機会となった。

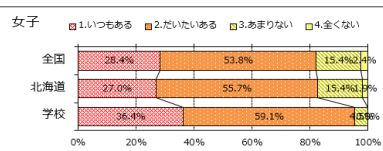
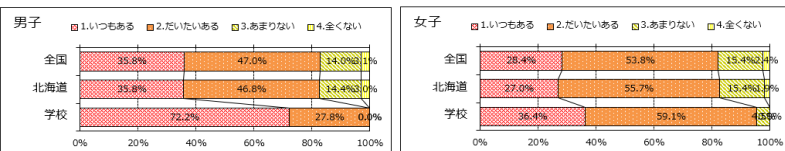
これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

体力向上に向けた今後の具体的な取組

Q10.体育の授業では、進んで学習に参加していますか。



Q11.体育の授業で、目標(ねらいめあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



- ・ 体育の1単位時間のねらいを明確にすることや準備運動における主運動につながる補助運動の工夫、協働的な学びの場面の設定による授業改善を行うことにより、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の児童質問紙における、上記項目について肯定的に回答する児童の割合が前年度より増加するとともに、全国平均より高くなった。

- ・ 1単位時間のねらいを明確にすることや、準備運動の際の主運動につながる準備運動の工夫、協働的な学びの場面の設定による授業改善に継続して取り組む。
- ・ 振り返りを充実させるため、1人1台端末を効果的に活用する。
- ・ 学級担任の体育科の授業改善及び指導力向上に向けた指導助言を行う。
- ・ 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の児童質問紙から「早寝早起き朝ごはん」や「メディアを視聴する時間」に課題が見られたため、栄養教諭及び養護教諭と連携した課題解決への取組を行う。