

美幌町立東陽小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

令和5年度 美幌町立東陽学校 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、運動習慣等に関する現状**

令和5年度版 新体力テスト分析ツール【学校対照表】

【美幌町立東陽小学校】		男子										女子									
		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ハンドボール投げ	体力合計点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ハンドボール投げ	体力合計点		
		kg	回	cm	点	回	秒	cm	m	点	kg	回	cm	点	回	秒	cm	m	点		
小学校	第1学年	男子学校平均	10.66	11.89	29.68	25.00	21.05	12.35	109.74	8.21	30.68	10.00	8.82	28.71	26.24	18.59	12.51	96.76	5.06	28.00	
		※4との比較	56.94	50.16	54.53	45.35	53.22	41.67	46.16	49.82	49.93	57.36	43.70	50.32	48.68	54.54	42.86	43.09	47.06	45.25	
	第2学年	男子学校平均	12.13	11.83	26.92	29.46	26.96	11.26	127.79	10.50	35.40	10.89	10.24	32.17	29.61	19.76	11.60	113.12	7.72	33.28	
		※4との比較	55.69	44.90	48.23	47.36	49.46	42.21	50.20	48.02	46.18	53.58	43.14	52.20	49.51	48.07	42.53	46.23	51.46	43.02	
	第3学年	男子学校平均	10.83	15.78	33.00	34.88	37.96	10.18	142.58	18.04	45.42	10.50	12.17	37.42	35.08	29.33	10.13	135.50	11.08	45.92	
		※4との比較	44.37	49.53	54.41	50.31	51.67	49.48	53.22	55.15	52.65	45.02	43.10	55.93	52.42	51.21	53.45	54.00	55.77	52.28	
	第4学年	男子学校平均	16.18	19.06	37.47	37.76	45.06	10.04	154.18	17.41	55.88	14.85	17.85	36.39	33.06	38.39	10.01	134.76	10.00	46.76	
		※4との比較	56.04	51.99	57.36	49.34	51.21	46.19	54.61	48.93	58.31	53.15	51.10	50.91	44.67	53.03	49.86	48.28	46.04	45.98	
	第5学年	男子学校平均	19.24	18.80	40.72	39.20	52.33	9.53	155.16	22.96	57.23	18.67	19.00	44.00	38.85	43.00	9.61	153.11	14.90	51.20	
		※4との比較	57.78	49.90	57.72	48.63	53.05	50.02	51.82	53.26	55.21	56.56	51.94	56.43	50.28	53.78	50.92	53.88	53.65	46.51	
	第6学年	男子学校平均	20.00	22.60	42.00	41.25	57.05	8.87	160.65	26.65	63.45	18.18	20.04	51.04	37.74	35.00	9.43	152.93	15.11	51.45	
		※4との比較	51.12	51.82	56.52	44.02	49.83	50.82	47.55	51.30	53.62	48.94	51.12	61.64	45.41	44.36	47.98	49.18	49.80	38.60	

※7時点は、「令和5年度体力・運動能力調査(スポーツツール)」、「令和4年度全国体力・運動能力・運動習慣等調査(スポーツツール)」及び「令和4年度体力・運動能力調査(スポーツツール)」、「令和4年度体力・運動能力調査(スポーツツール)」(令和4年度については速報値)を基に算出

■は、全国平均以上 ■は、全国平均から5ポイント以上マイナス

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**
- ・体育の学習が好きな児童は多いが、休み時間に体を動かして遊ぶ児童が固定化している。
 - ・全国平均と比べ「50m走」と「反復横跳び」の記録が低い。
- 生活習慣、運動習慣に関わる課題**
- ・朝食を摂取していない児童が複数名いる。
 - ・メディア、スクリーンタイムの長い児童の割合が多い。
 - ・スポーツ少年団、運動クラブに所属していない児童を中心に、運動習慣が身に付いていない児童が多い。

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**
- ・体育の学習において、楽しく、達成感を味わえるような取組を行う。
 - ・体ほぐしの運動や多様な動きをつくる運動を継続して行う。
- 生活習慣、運動習慣に関わる目標**
- ・生活習慣を気かけ、見直し、修正することができる児童を育成する。

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

- 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
 - ・児童アンケート
- 【成果指標】**
- ・各項目の結果、体力合計点 複数の項目で令和4年度全国平均値を上回る
 - ・体を動かして遊ぶことが好きな児童の割合が80%以上
- 【評価結果】**
- ・**中間評価(8月)**
新体力テストで、令和4年度全国平均を上回ることができた項目が、低学年で46%、高学年で61%であった。
 - ・**最終評価(2月)**
学校評価アンケートで、「体を動かすことや遊ぶことは楽しい」と回答した児童の割合が94%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】**
- ・学校評価アンケート
 - ・児童アンケート
- 【成果指標】**
- ・運動の機会の増加
 - ・朝食や睡眠時間などの改善
- 【評価結果】**
- ・**中間評価(8月)**
睡眠時間に関する児童アンケートで「8時間以上睡眠している」と回答した児童が、男子76%、女子72%であった。
 - ・**最終評価(2月)**
学校評価アンケートで、「体育の時間や休み時間などにたくさん体を動かしている」と回答した児童の割合は95%であった。

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 運動環境の整備**
- 体育の授業以外でも運動に取り組むことができるよう、体育館やグラウンド等に運動できる器具やスペースを設置
- ・グラウンドにサッカーコートを常設
 - ・登り棒の下に、靴・靴下を脱ぎ履きできるようにする「すのこ」の設置
 - ・立ち幅跳び、反復横跳び、握力等、体力テスト体験コーナーの設置
 - ・ホールを活用して、運動遊びに取り組める場の設置
- 2 「どさんこ元気アップチャレンジ」を活用した継続的な短縄跳びの実施**
- 体育授業の導入時に「短縄跳びタイム」を設定し、短縄跳び全道大会へ全校で参加
- 【取組指標】**
- 1 年間を通して実施し、日常の中での見取りを行う。
 - 2 全学年で継続的に実施し、カードに記録を蓄積する。

6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・課題設定、振り返り、ICTの効果的な活用による「できた・わかった」を実感できる体育授業の充実
- ・全教職員の指導力向上を目的とした、体育科に関わる情報提供や校内研修の充実
- ・時間走、ラダートレーニング、縄跳びチャレンジ等、持久力を高める運動の継続した取組

美幌町立東陽小学校

全校児童数 284名 (男子146名 女子138名)
教職員数 28名 巡回校 北見市立上常呂小学校

目指す子どもの姿

- ・基礎・基本を確実に身に付け、自分で考えようとする子ども
- ・命について話し合い、自分と周りの人を大切にする子ども
- ・体力向上の意識をもち、自分を鍛える子ども

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

- ・主運動につながる補助運動を取り入れた導入の工夫
- ・単元のゴールを意識した本時の課題の設定
- ・運動が苦手な児童が安心して取り組める、スモールステップの指導と練習の場の設定

CHECK

単元の「導入」場面における指導の手立て



- ・主運動につながる補助運動
- ・サーキットトレーニング、ラダー運動、縄跳び等、体力や筋力の向上に向けた継続した取組

「知識及び技能」の習得の場面における指導の手立て



- ・自己の課題に応じた活動の場を選択
- ・ICTの効果的な活用による動きの確認や、課題解決に向けた個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実

「知識及び技能」の活用場面における指導の手立て



- ・1人1台端末を活用した、ワークシートでの振り返り
- ・次時の見通しと意欲につながる全体交流



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

日常生活に運動を取り入れる「環境づくり」



【「投運動」の動きづくり】 【手作りジャンピングボードを使ったなわとび】

- ・体力テスト体験、手作りジャンピングボード体験等、ホールを活用した運動コーナーの設置
- ・「どさんこ元気アップチャレンジの結果」の掲示物

【どさんこ元気アップチャレンジの結果掲示】

委員会を中心とした「運動遊び」



【第4・6学年でのドッジビー大会】

- ・保体委員会と集会委員会が企画する、全校児童や異学年での運動遊び

これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

- ・学校評価アンケートにおいて、「体育の時間や休み時間などに、たくさん体を動かしている」という設問に、肯定的な回答をした児童の割合は91%であり、「学校は、体育の時間を含め、子どもが運動や体を使った遊びに親しむ場や機会を提供している」という設問に、肯定的な回答をした保護者の割合は95%であった。
- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査において、男子は6種目、女子は7種目で全国平均を上回るとともに、体力合計点において、男女ともに全国平均を上回った。

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を基に、課題となる種目を明確にし、改善に向けて体育授業の導入時及び体育授業以外での継続的な取組を推進する。
- ・動画の撮影、記録や振り返りの蓄積等、ICTを効果的に活用した授業改善に取り組むことで、「個別最適な学び」と「協働的な学び」の一体的な充実を図る。
- ・学級担任がT1として授業を行う機会を定期的に設け、教職員の体育授業の改善及び指導力向上を図る。