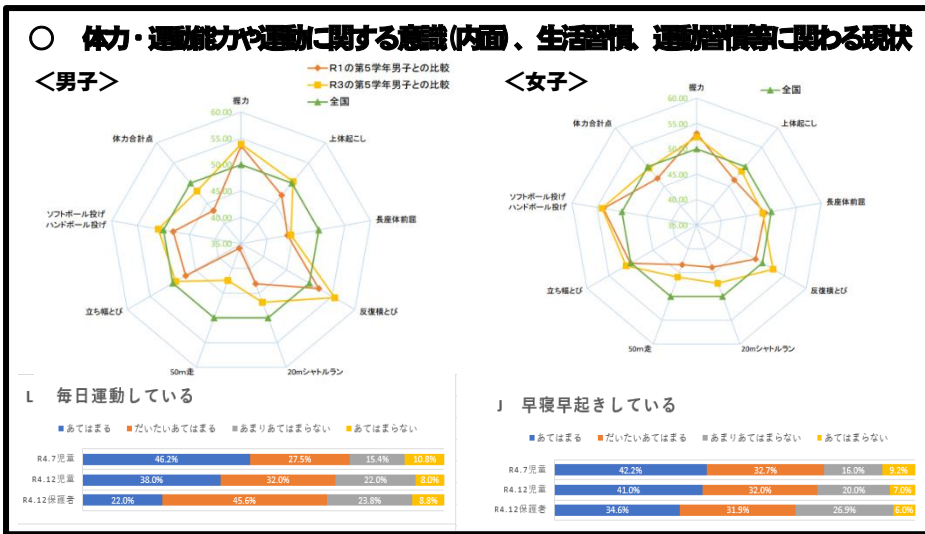


# 清水町立清水小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

# 令和5年度 清水町立清水小学校 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**

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から、「50m走」と「シャトルラン」の2項目において、全国平均を下回るなど走力に大きな課題があるとともに、男子児童は、長座体前屈などの柔軟性においても課題があることから、単元の主運動に係る補強運動を組み合わせたサーキットトレーニング等の取組を行う必要がある。

○ **生活習慣、運動習慣に関わる課題**

- ・学校評価アンケートにおいて、「毎日、運動をしている」という設問に肯定的に回答をしている児童は70.0%であるとともに、「早寝早起きをしている」という設問に肯定的に回答をしている児童は73.0%であることから、放課後の児童の運動機会創出が課題であり、児童が主体的に運動に親しむ態度を育てるとともに、家庭と連携した取組を行う必要がある。

## 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**

- ・体育科の授業を中心として、運動の楽しさや意義を実感させるとともに、授業の導入において持久力及び柔軟性を高めるような運動を取り入れ、児童の体力向上を図るようとする。

○ **生活習慣、運動習慣に関わる目標**

- ・掲示物や通信等を作成し、運動の楽しさや意義等について情報発信するとともに、家庭で取り組める運動の紹介等を行い、放課後等に児童が運動する機会を増やすことができるようとする。

## 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】**

- ・新体力テストの結果を評価・分析

**【成果指標】**

- ・「50m走」「シャトルラン」「長座体前屈」の結果を前年度以上にする。

**【評価結果】**

- ・**中間評価(6月)**  
50m走 (T得点) 男子 44.5 (+0.4) 女子 45.8 (-1.9)  
シャトルラン (T得点) 男子 46.9 (-0.4) 女子 46.7 (-1.2)  
長座体前屈 (T得点) 男子 53.1 (+9.6) 女子 53.8 (+5.9)
- ・**最終評価(3月)**  
同項目について再度実施し、評価・分析を行う。

○ **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】**

- ・児童アンケートの結果を評価・分析
- ・学校評価アンケートの結果を評価・分析

**【成果指標】**

- ・「毎日、運動をしている」に対する肯定的評価を75%以上にする。

**【評価結果】**

- ・**中間評価(7月)**  
毎日、運動をしているに対する肯定的評価73.7%
- ・**最終評価(12月)**  
毎日、運動をしているに対する肯定的評価児童・・・70.0% 保護者・・・67.6%

## 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 授業の導入における「サーキットトレーニング」の実施**  
「十勝管内小学校体育科事業・サーキットトレーニング実践事例集」を活用し、授業の導入にサーキットトレーニングを位置付けるとともに、授業の主運動につながる運動や課題となる項目を補強する運動に継続して取り組み、児童の基礎的な体力向上を図る。
- 2 児童が運動に親しむ機会の増加及び環境整備**  
児童が日常的に運動に親しむことができるよう、校内に運動コーナーを設置するとともに、運動の楽しさや視覚的に体感できる掲示物を用意し、運動にチャレンジできる機会を創出する。また、体力テスト体験コーナーを設置することで、体力テストの方法やコツを学ぶことができるようにする。

**【取組指標】**

- 1 単元計画を工夫して、定期的に取り組む。(毎時間)
- 2 体育の年間指導計画と照らし合わせ、定期的に取り組む。(2か月に1回)

## 6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・自分の体力の向上やできた実感を得ている児童の割合が低いことから、振り返りの充実を図るなど、自己の変容に気付かせ、より主体的に運動に取り組むことができるよう、取組の工夫・改善を図る。
- ・児童がより一層、運動の楽しさを感じられるよう運動コーナーの工夫・改善を図るとともに、家庭や地域と連携した生活習慣、運動習慣の定着に係る継続的・組織的な取組を推進する。







# 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

## 運動に親しむ環境整備・運動機会の創出



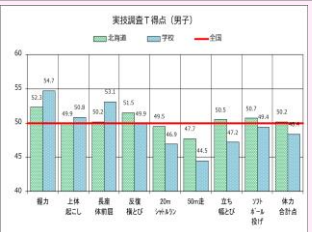
- ・新体力テストの種目体験コーナーやボール投げチャレンジコーナーなど、児童が運動に慣れ親しみ、いつでも挑戦できる環境整備の工夫
- ・児童会活動と連携した休み時間のサーキットトレーニングや鬼ごっこなどの日常的な運動機会の創出

## 体力向上に係る研修会等の実施



- ・自校や連携校及び連携校の中学校区の教職員を対象とした単元の指導計画や単位時間の授業展開及び技能習得のポイントの紹介等、体育科授業における指導力向上を図る研修会の実施
- ・「北海道学校体育研究大会十勝大会」の授業公開及び十勝教育局による体育授業の充実に向けた運動遊びの実践動画の作成等、道内及び管内への実践の発信・普及

## これまでの授業改善及び組織的な取組の成果



- ・体力向上に係る課題に応じた種目と単元の主運動に係る補強運動を組み合わせたサーキットトレーニング等の継続的な取組により、全国体力・運動能力、運動習慣等調査において、前年度の課題であった長座体前屈の項目で全国平均を上回るとともに、男女ともに3種目で全国平均を上回った。
- ・児童が楽しみながら運動に親しむ環境整備や運動機会創出の取組を行ったことにより、全国体力・運動能力、運動習慣等調査において、「運動が好き」と肯定的に回答した児童の割合が高くなった。

## 体力向上に向けた今後の具体的な取組

- ・単元を通した目標設定及び児童の思考の流れを想定した単元計画の作成により、単元のねらいや身に付けさせたい資質・能力を明確にした指導につながったことから、次年度も取組を継続するとともに、自己の変容を実感できる振り返りの場を充実させることにより、児童が主体的に運動に取り組もうとする態度の一層の醸成を図る。
- ・単元指導計画及び単位時間の指導に係る学級担任への指導助言を通して、学校全体の体育科の授業改善及び指導力向上の取組を推進する。
- ・家庭や地域と連携したスクリーンタイム等の生活習慣や運動習慣の改善の取組を推進する。