

標茶町立標茶小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

令和5年度 標茶町立標茶小学校 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**

【体力・運動能力の現状】

【運動好きの割合】

好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
70%	21%	8%	1%

【体育好きの割合】

好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
69%	21%	9%	1%

【体力テスト判定群】

A	B	C	D	E
18%	25%	33%	16%	8%

【メディア2時間以内のルール】

2時間以内	2時間以上
66%	34%

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**

- ・長座体前屈と20mシャトルラン及び50m走が全国平均を下回っている。
- ・新体力テストの判定でD及びE判定の児童が24%いる。

○ **生活習慣、運動習慣に関わる課題**

- ・自宅でメディアに触れる時間が2時間以上である児童の割合が34%を占めている。
- ・運動が好きではない児童の割合が10%を占めるとともに、1週間の総運動時間が1時間以上の児童の割合が低い。

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**

- ・長座体前屈と20mシャトルラン及び50m走のT得点を昨年度より向上させる。
- ・新体力テストの判定でD及びE判定の児童の割合を減少させる。

○ **生活習慣、運動習慣に関わる目標**

- ・家庭学習時間や起床、就寝時刻等の意識付けを図り、総合的なタイムマネジメント能力を高める。
- ・1週間の総運動時間が1時間以上の児童の割合を昨年度より増加させる。

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】

- ・年2回の新体力テスト
- ・年2回の児童アンケート

【成果指標】

- ・長座体前屈と20mシャトルラン及び50m走のT得点が昨年度よりも向上する。
- ・新体力テストの判定群D及びE児童が10%未満

【評価結果】

- ・**中間評価(7月)**
長座体前屈は全学年で目標を達成した。50mとシャトルランは、学年で差はあるが、全体的には向上した。
- ・**最終評価(2月)**
長座体前屈は全学年で全国平均を上回った。D及びE判定群の児童は19%に減少したが目標は未達成

○ **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】

- ・年3回の生活リズムチェック
- ・年2回の児童アンケート
- ・年2回の学校評価アンケート

【成果指標】

- ・学校外でのメディア視聴2時間以内が「ほぼできていない」と回答する児童の割合が20%未満
- ・体育授業及び運動が嫌いと回答する児童の割合が7%未満

【評価結果】

- ・**中間評価(9月)**
学校外でのメディア視聴2時間以内が「ほぼできていない」と回答した児童が28%であり、目標未達成
- ・**最終評価(2月)**
運動が嫌いと回答する児童の割合について目標達成
体育授業が嫌いと回答した児童の割合について、目標未達成

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 **新体力テストの結果の分析と活用**

- ・年2回の計画を行い、各学年の傾向や課題を分析し、全教職員による共有を図るとともに、授業における主運動につながる準備運動の工夫や、課題を踏まえた補強的な運動を休み時間に実施するなど、年間を通じた取組を計画的に推進する。

2 **運動に興味をもつ環境づくり**

- ・体力アップコーナーを設置し、運動に親しむ機会を増やす。
- ・児童委員会と連携して運動機会を設定し、児童が主体的に運動する機会を創出する。
- ・「どさんこ元気アップチャレンジ」におけるなわとびの取組を活用し、自己の目標に応じて主体的に運動する児童を育成する。

3 **授業改善**

- ・体育エキスパート教員と学級担任がともに授業を計画し、学級担任の授業力向上及び児童の体力向上を図る。

【取組指標】

- 7月と11月の新体力テスト実施
- 7月2回の体力アップコーナーの設置及び「どさんこ元気アップチャレンジ」を前後期で各1回ずつ実施
- 授業前後に毎回打合せを行う。

6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・運動等が好きな児童の育成を目指し、児童が運動の特性や魅力に応じて楽しさや喜びを味わうことができる「指導と評価の計画」の充実
- ・児童が自己の運動課題に応じて主体的に取り組んだり、友達と関わりながら課題を解決したりする機会の意図的・計画的な設定
- ・「体力向上プラン」の評価時期や評価方法について教職員間の共有を図り、年度途中の取組改善を実施するなど、検証改善サイクルの質的向上を図る
- ・9年間の指導計画の改善等、小・中学校9年間の指導内容の系統性を踏まえた中学校との連携推進

標茶町立標茶小学校

全校児童数 195名 (男子104名 女子91名)

教職員数 21名 巡回校 弟子屈町立弟子屈小学校

目指す子どもの姿

自ら学ぶ子

人のために行動できる子

自他を尊重する子

心身の健康安全に向け挑戦する子

～健康の大切さを理解し、進んで体を鍛える子ども～

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

内容のまとめりを見通した授業実践のポイント

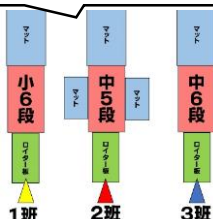
- ・ **学習の流れを明確にした単元デザイン**…知識や技能を習得する場面、知識や技能を活用して見いだした課題を協働的に解決するような思考力・判断力・表現力等を育成する場面を意図的に設定
- ・ **主運動につながる効果的な準備運動の工夫**…単元の内容に応じた準備運動や多様な動きを経験させることを目的とした準備運動、技能習得につながるタスクゲームの設定
- ・ **運動課題に応じた教材・教具の工夫**…全ての子どもが運動を楽しみ、自己変容を実感するための、個や集団の特性に応じた用具やルール of 工夫、扱う動きの選定

CHECK

単元の「導入」場面における指導の手立て

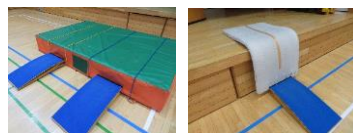
準備の場の掲示物を
を事前準備

子どもたちの運動課題や特性に
応じた教材や動き、ルールを選定

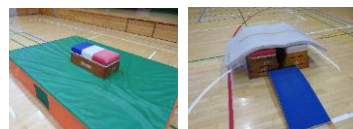


- ・ 目指す姿を明確にし、単元における学習の見通しを子どもと共有
- ・ 子ども自ら運動量を確保するために、準備や片付けにおける役割分担や協力場面を計画的に設定
- ・ 全ての子どもが自己の運動課題を設定することができるよう、教材や動き、ルールを工夫

「知識及び技能」の習得の場面における指導の手立て



ステップアップ
できる台上前転の場



動画で学習の
ポイントを焦点化

【多様かつ段階的な運動の場の例】

【技術的なポイントを明確にする教師の提示の例】

- ・ 全ての子どもが自己の課題に応じた解決方法を選択するために、多様かつ段階的な運動の場を設定
- ・ 技術的なポイントを明確にするために、カメラの遅延機能や大型ディスプレイを活用

「知識及び技能」の活用場面における指導の手立て

ハードル走の課題を発見!



【課題の解決に向けて活動する様子】



【習得した知識及び技能を活用した運動課題の確認】

- ・ 習得した知識及び技能を活用して、自分の課題を発見したり、作戦を話し合ったりする場の設定



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

体力・運動能力の課題を踏まえた組織的な取組の充実



【クラウドを活用した域内の情報共有】

- ・町内全教職員の体育授業に係る指導計画や資料をクラウドで共有
- ・自校や地域の体力・運動能力に係る課題を踏まえて体育エキスパート教員が作成した指導計画や町内の教職員が過去に作成した指導計画、授業動画での交流等を実施
- ・中学校の保健体育科教員に協力を依頼し、小・中連携による年間計画や授業動画の交流を実施

運動に親しむ環境づくり

外遊び週間



雪だるま選手権
落ち葉拾い大会
珍しい石探し

【子どもが運動に親しむ環境整備の例】

- ・毎週月初めの1週間に外で遊ぶ機会を設定
- ・「おに遊び」や「クラス対抗落ち葉拾い大会」等、全ての児童が参加しやすい運動環境を整備

体力アップコーナー



【日常的に取り組むことができる運動の場】

- ・新体力テストの分析結果を踏まえた課題を改善するために、校内の様々な場所に日常的に取り組むことができる運動の場を設置
- ・記録に挑戦することを通して、子どもの運動意欲を喚起

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

令和5年度後期

学年	男子										女子																									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																
第1学年	15.87	11.33	35.28	28.10	15.81	12.00	112.90	7.52	91.15	10.10	12.40	31.80	37.80	11.80	110.20	8.20	34.00	15.17	18.99	31.51	27.17	33.58	19.49	191.87	13.38	42.84	11.98	14.87	30.87	31.25	23.42	11.40	122.25	8.91	40.10	
第2学年	14.00	18.28	35.88	28.35	18.79	9.89	142.50	18.28	48.80	11.93	18.87	34.45	42.00	20.33	10.43	122.80	18.27	47.78	15.45	17.90	35.50	40.53	25.12	9.89	143.07	17.90	48.13	14.78	35.41	27.81	49.24	36.13	10.90	141.85	12.19	54.13
第3学年	17.22	18.82	38.18	48.00	48.02	9.38	139.88	28.47	37.42	19.90	42.08	48.09	38.84	9.93	136.81	14.58	27.81	20.93	25.88	45.74	48.00	48.02	9.61	180.30	25.14	59.72	19.21	19.22	42.58	48.18	44.84	8.92	136.08	18.14	82.81	

	体力・運動能力向上の目標を立てている	運動は大切
男子	85.0%	75.0%
女子	83.3%	58.3%

【R5全国体力・運動能力、運動習慣等調査 児童質問紙調査の結果】
※「目標を立てている」「運動は大切」と回答した割合 ※総計の項目は、全国平均以上

【令和5年度の体力テストの結果一覧※色つき部分は、全国を上回った種目】

- ・学習の流れを明確にした単元の指導計画について、教員間で共有を図ったことから、目標や課題を明確にして運動に取り組むとともに、特に男子においては、運動の大切さを実感する姿につながった。
- ・主運動につながる準備運動の充実させるとともに、教材・教具や運動の場を工夫したことから、体力テストにおいて全国平均を上回る種目が昨年より増加した。

- ・運動等が好きな児童の育成を目指し、児童が運動の特性や魅力に応じて楽しさや喜びを味わうことができる「指導と評価の計画」の充実
- ・児童が自己の運動課題に応じて主体的に取り組んだり、友達と関わりながら課題を解決したりする機会の意図的・計画的な設定
- ・「体力向上プラン」の評価時期や評価方法について教職員間の共有を図り、年度途中の取組改善を実施するなど、検証改善サイクルを質的向上
- ・小・中学校9年間の指導内容の系統性を踏まえた指導計画の改善等、中学校との連携推進