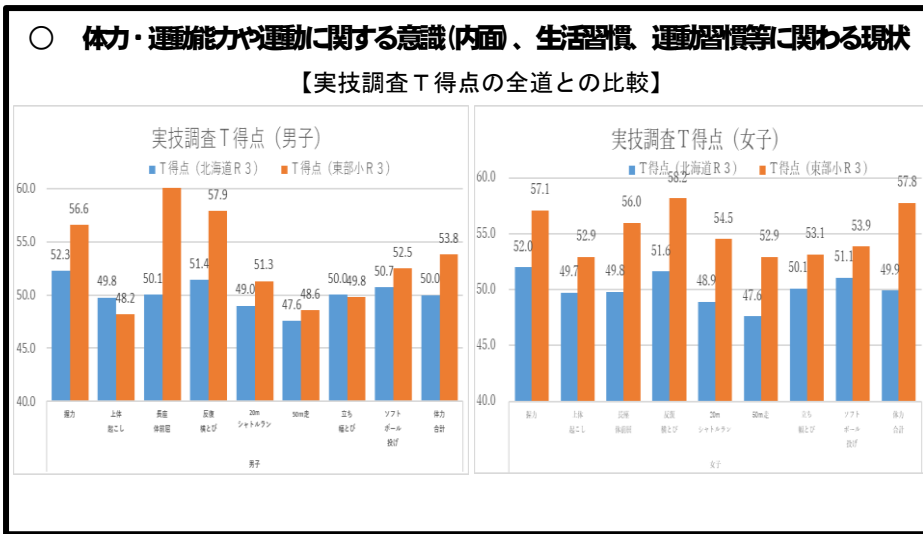


北広島市立東部小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

令和4年度 北広島市立東部小学校 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**
 - ・上体起こしや立ち幅跳びに課題がある。
 - ・体力合計点における男女差が大きい。
- **生活習慣、運動習慣に関わる課題**
 - ・男子の土日における運動時間が少ない。
 - ・「運動やスポーツをする時間が減った」と回答した児童の割合が、全国平均を上回っている。

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**
 - ・体育授業の授業改善を通して、体力・運動能力の向上を図る。
 - ・総合評価でD層及びE層の児童の割合を10%未満にする。
- **生活習慣、運動習慣に関わる目標**
 - ・地域や家庭と連携を図り、休日においても運動する子どもを育成する。
 - ・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
 - 【成果指標】
 - ・総合評価でD層及びE層の児童の割合が10%未満。
 - 【評価結果】
 - ・**中間評価(8月)**
全校において、D層及びE層の児童の割合は、8%であった。
 - ・**最終評価(2月)**
第5学年において、D層及びE層の児童の割合は、男子8.1%、女子3.4%であり、目標を達成できた。
- **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】
 - ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査の児童質問紙
 - ・生活目標の振り返り
 - 【成果指標】
 - ・「放課後に遊んだり、運動したりしている」と回答した児童の割合が80%以上
 - ・土・日における運動時間が全国平均以上
 - 【評価結果】
 - ・**中間評価(8月)及び最終評価(2月)**
「放課後に遊んだり、運動したりしている」と回答した児童の割合は87%であり、目標を達成できた。
土日における運動時間は、女子は全国平均を上回ったが、男子は全国平均を下回ったことにより、目標を達成できなかった。

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 体力・運動能力の向上を図る体育授業時の補強運動の実施**
 - ・授業の導入時の5分程度を活用して、身に付けさせたい資質・能力に応じた補強運動を実施し、体力・運動能力の向上を図る。
 - ・動画を用いた準備運動を実施する。
 - 2 ICTを効果的に活用した授業改善の推進**
 - ・すべての児童が自分の動きの質の向上を実感できるよう、ICTを効果的に活用し、動画を用いて準備運動を行ったり、撮影した映像をもとに、協働的な課題解決場面を設定したりするなど、授業改善を推進する。
 - 3 組織的な体力・運動能力向上の取組**
 - ・冬季における90秒間なわとびの取組を全校で実施することにより、体力・運動能力の向上を図る。
- 【取組指標】**

 - 1 全学年全単元で実施し、各種調査時に応じて振り返りを行う。
 - 2 各種調査時に応じて振り返りを行う。
 - 3 冬季に毎時間実施する。

6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・体力・運動能力の向上を図る体育授業における補強運動の実施
- ・ICTを効果的に活用した授業改善の推進
- ・体力向上や生活習慣改善に向けた、家庭への情報発信の充実

目指す子どもの姿

- ・どんなことでもよく考えてする子
- ・みんな仲良く助け合う子
- ・元気で健康な明るい子

自己肯定感や主体的に運動に取り組む意欲を高める授業づくり

体育専科教員等の視点による
授業づくりのポイント

単元や内容のまとめりを見通した授業実践のポイント



- ・児童に必要感をもたせる導入の場面の工夫
- ・ICTの効果的な活用による協働的な課題解決場面の設定
- ・目標の達成状況や自己の変容を実感できる振り返り活動の設定

「導入」場面における指導の手立てのポイント



【ラダー運動・体幹運動】

【縄跳び90秒チャレンジ】

- ・年間を通して、体力向上プランに位置付けた運動を準備運動と合わせて実施
- ・児童の活動の様子や発言から把握した学習状況を踏まえ、児童にとって必要感のある学習課題を設定

「展開」場面における指導の手立てのポイント



【自分で運動を選択】

【ICTを活用し動きを確認】

- ・学習課題を踏まえ、運動のポイントを確認することにより、児童が自分の課題を把握
- ・自分の課題に基づいて、練習方法及び内容を選択
- ・ICTを活用し、動きの改善に向けて話し合ったり練習したりする協働的な学びの場面を設定

「まとめ」場面における指導の手立てのポイント



【自己の変容を実感できる振り返り活動の設定】

- ・学習課題に基づいた振り返り活動を設定
- ・学習活動を通して「できたこと」「できなかったこと」「友人の動きを見て気付いたこと」など、振り返りの視点を明示
- ・自己の変容を実感させる教師によるフィードバックを工夫



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

運動量の保障に向けた教育課程の編成

月	単元(題材)	配当時間	1学期
4月	◎体づくり運動 ・体づくりの運動	3	・体づくりの運動(ルール作り、異種行動) ・マット運動(◎初年)2 ・体づくりの運動(具使)1
5月	◎地上運動【東部地区重点項目(専元・教材)】 ・体づくりを高める運動	3	・100m走(100m)2 学年 ・長距離走(よさこい)5 学年 ・体の動きを高める運動2 学年
6月	◎地上運動【東部地区重点項目(専元・教材)】 ・体づくりを高める運動	3	・ハードル走(30m)2 ・ハードル走(50m)2 ・ベースボール型(Tボール)2 ・体力テスト(ボール投げ)2 ・体力テスト(体高測定)2 ・体の動きを高める運動1
7月	◎地上運動【東部地区重点項目(専元・教材)】 ・体づくりを高める運動	3	・保護4 ・水泳4
8月	◎地上運動【東部地区重点項目(専元・教材)】 ・体づくりを高める運動	3	・学年で体育を行う場合は、 積極的に週3回 (学年で行い、学校体育の 余裕を生み出した)
9月	◎地上運動【東部地区重点項目(専元・教材)】 ・体づくりを高める運動	3	・2学期 ・水泳6
10月	◎地上運動【東部地区重点項目(専元・教材)】 ・体づくりを高める運動	3	
11月	◎地上運動【東部地区重点項目(専元・教材)】 ・体づくりを高める運動	3	
12月	◎地上運動【東部地区重点項目(専元・教材)】 ・体づくりを高める運動	3	
1月	◎地上運動【東部地区重点項目(専元・教材)】 ・体づくりを高める運動	3	

【カリキュラム・マネジメントの推進】

- ・全学年が同時期に同じ運動領域を学習できるように指導計画を改善するなど、カリキュラム・マネジメントを推進することにより、用具の準備等の時間を短縮し、学習活動を効果的に行うことができるよう工夫

授業改善に向けた研修会の実施



【「体育授業の工夫・改善に関する研修会」の実施】

- ・冬季休業中に市内の教員を対象に、「体育授業の工夫・改善に関する研修会」を実施し、単元構成、学習課題の設定等をテーマに研修を行うなど、地域における授業改善を推進

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、運動習慣等調査での実技調査において、男女とも全種目で全国平均を上回った。
- ・総合評価のD層及びE層の割合は、男子8.1%、女子3.4%であり、10%未満にするとという目標を達成することができた。
- ・土日の運動時間について、女子は、全国平均を上回った。
- ・1週間の総運動時間について、男子は、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

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査の「20mシャトルラン」の結果において、児童の持久力に課題が見られることから、授業改善を一層推進し、すべての児童の体力向上を図る。
- ・児童質問紙調査の結果において、平日のスクリーンタイムが3時間以上と回答している男子の割合が、全国平均よりも高いことから、望ましい生活習慣の確立に向けて、家庭との連携を図る。
- ・「個別最適な学び」と「協働的な学び」の一体的な充実に向けて、ICTの効果的な活用を推進する。