

積丹町立美国小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

積丹町立美国小学校

全校児童数 36名 (男子21名 女子15名)
教職員数 12名 兼務校 古平町立古平小学校

目指す子どもの姿

『明るくたくましい子』

- ・ 運動に親しむ子
- ・ たくましい体づくりをする子
- ・ 運動技能の向上に取り組む子

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を見通した授業実践のポイント

・ 単元の系統を、児童と共有する

これまでの学びとこれからの学びとのつながりを理解

・ 単元のゴールを意識した1単位時間の課題の明確化

なりたい自分に向かって、今日は何をがんばる日なのか考えることができる指導計画の工夫

・ 振り返りの質を高める「問い返し」や「発問」の工夫

自分の動きの質の向上を児童が実感するための教師の関わり



【学びの系統がいつでも誰でも見られる掲示物常設の例】

「導入」場面における指導の手立てのポイント



【サーキット運動】

【ボール運動前の準備運動】

・ サーキット運動を通年継続

各領域・単元の基本的な動きや技能につながる内容や、新体力テスト結果の分析による課題を踏まえた補強運動の工夫

「展開」場面における指導の手立てのポイント



【見通しをもたせる板書の工夫】

【話し合いをする児童】

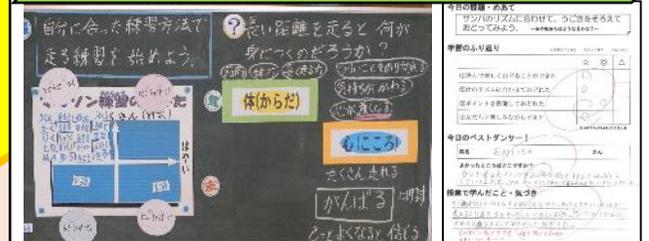
・ 少人数でも話し合える環境づくり

壁に貼り付けた作戦盤の周りで相談したり、気づきを板書したりする工夫

・ 時間配分

1人1台端末を活用し、よりよい動きに向けて自己の考えを生かして繰り返し運動に取り組む場を設定

「まとめ」場面における指導の手立てのポイント



【自分の考えを可視化】

【振り返りシート】

・ 紙とデジタルの利点を生かした振り返り

教師のフィードバックをすぐに児童に伝えたい場合は紙面、数値の伸びを実感させたい場合はデジタルで行う振り返りの工夫

・ 児童が自己の変容を実感できる工夫

板書や掲示物、動画による可視化



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

全校で積み上げながら達成する運動目標



【意欲を高める掲示物】

【休み時間の体力づくり】

- 学年の垣根を超えた体力づくり
自由遊びの時間にも配慮し、週1回、ランニング、縄跳び、ダンスの中から、個々の希望に合わせて種目を選べるようにした。
- 体力向上の意欲を高める掲示物
体力向上に対する意欲を高めるため、地域のキャラクターである「うにどん」を使い、ウニ型のカードに結果を書き込んで貼り付け、巨大な「うに丼」を完成させる取組を行った。

いつでも取り組める常設された運動環境



【ジャンプ運動のための目標物】

【運動のポイントを記した掲示物】

- 運動のポイントを記した掲示物
運動に関する知識を授業内外で確認できるようにした。
- ジャンプ運動にチャレンジできる高さのちがう目標物
ゴムひもを使用することで、「空中でつかむ」動作を安全に取り組むようにした。
- 体力テストコースとラインの常設
反復横跳び・20mシャトルランのラインを常設し、休み時間も個人で取り組めるようにした。

これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

• 新体力テスト等の調査結果

上体起こしの記録が向上した。継続的に取り組んだサーキット運動や補強運動による効果であると考えます。
全国平均には届かない児童においても、個人内の記録が向上している様子が見られた。計画的に、サーキット運動や補強運動の場面を設定した効果であると考えます。

R4	上体起こし	
	全国平均 越え人数 春⇒冬	学年別 向上率
1年	6⇒7	124.6%
2年	1⇒1	156.3%
3年	5⇒6	92.8%
4年	5⇒4	98.9%
5年	3⇒4	109.5%
6年	1⇒3	116.9%
全校	21⇒25	116.5%

【新体力テスト結果】

• 教員の意識向上

日常の交流や打合せの他、体育専科通信の発行により、職員の中での授業づくりに対する意識も高まった。

体力向上に向けた今後の具体的な取組

• 個別の記録ファイルを作成

自己の体力の状況について目標を意識し、さらに関心をもつことができるように作成・保管していく。また、紙面と端末を併用し、単元の目標に向かって児童が課題をもち、学びの過程や自己の変容を振り返ることができる方法を選択していく。

• サーキット運動の継続・深化

持久力に課題があるため、サーキットの運動の時間を1分ずつ増やすなど運動強度を少しずつ上げていく。

• 授業改善の継続

学級担任と協力し、児童への明確な課題提示を意識した授業改善を行っていく。