

# 紋別市立潮見小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

# 令和4年度 紋別市立潮見小学校 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、運動習慣等に関する現状**  
令和3年度 新体力テスト分析ツール【学校対照表】

学年	性別	男子										女子									
		kg	kg	cm	cm	kg	kg	cm	cm	kg	kg	cm	cm	kg	kg	cm	cm	kg	kg	cm	cm
第1学年	※3学期平均	9.08	12.62	23.68	31.44	19.35	12.58	114.60	7.40	29.98	3.45	9.80	26.88	23.09	15.50	13.12	103.41	5.00	28.38		
	R1 T得点	49.82	51.83	45.80	58.33	50.64	38.26	50.03	47.22	48.89	49.42	46.89	47.42	53.40	49.31	37.04	47.83	46.74	46.15		
	R2 T得点	47.33	50.53	44.38	55.30	49.87	37.33	49.21	45.98	45.30	46.85	44.38	47.06	51.73	47.63	37.14	47.30	45.91	44.28		
第2学年	※3学期平均	11.85	13.18	27.21	35.39	33.46	10.78	133.14	13.14	39.46	9.48	10.11	29.50	32.39	23.41	11.61	112.70	6.61	35.15		
	R1 T得点	53.58	47.45	49.24	56.46	53.14	47.81	54.34	53.57	52.02	46.58	42.42	48.83	53.32	51.22	41.86	46.98	46.82	45.47		
	R2 T得点	53.24	48.27	47.82	54.70	52.46	48.60	52.20	52.85	51.87	45.88	49.19	47.36	58.30	50.51	49.69	47.87	45.38	44.15		
第3学年	※3学期平均	12.73	15.77	28.07	40.63	41.43	10.63	133.03	14.94	43.53	11.33	13.85	29.85	37.00	36.38	11.05	128.19	9.96	43.73		
	R1 T得点	50.13	48.35	47.80	57.34	51.75	42.94	47.96	48.82	48.45	47.96	46.12	48.48	55.26	55.76	41.69	50.03	50.50	48.94		
	R2 T得点	48.91	49.22	47.33	56.43	49.50	41.64	47.07	48.47	48.11	46.16	46.82	49.00	52.90	39.00	41.77	49.07	48.12	46.41		
第4学年	※3学期平均	14.15	17.24	30.28	42.34	48.85	10.21	128.15	15.05	48.89	14.31	15.89	32.14	41.41	32.10	10.59	129.76	11.10	48.17		
	R1 T得点	48.98	47.46	48.90	54.53	51.72	42.94	51.81	48.76	48.82	51.46	46.15	46.33	55.42	46.71	40.98	45.47	45.81	45.97		
	R2 T得点	47.68	47.68	47.03	53.98	51.68	42.63	49.63	47.71	47.84	49.39	45.26	44.09	54.77	46.89	39.48	42.18	43.68	44.63		
第5学年	※3学期平均	16.13	18.29	29.37	42.87	54.55	9.59	155.32	13.72	52.45	15.40	17.53	33.60	38.63	40.53	10.00	146.67	12.80	52.57		
	R1 T得点	48.97	45.49	44.72	49.05	49.87	44.07	49.97	46.06	45.44	48.57	46.68	45.43	45.32	47.89	43.20	49.62	48.11	44.83		
	R2 T得点	46.07	45.30	43.02	48.02	50.47	44.26	49.20	45.88	44.05	44.46	46.32	42.42	43.25	49.16	42.27	48.66	46.76	42.64		
第6学年	※3学期平均	20.20	20.74	32.53	45.68	60.89	9.50	170.47	24.95	58.72	21.24	20.68	38.60	49.04	46.32	9.75	163.80	18.08	61.42		
	R1 T得点	51.82	46.49	46.13	49.11	48.87	41.60	53.15	48.19	46.91	54.88	49.67	47.06	58.57	47.08	41.21	53.92	49.45	48.28		
	R2 T得点	49.52	48.68	45.88	49.71	51.93	42.08	51.59	48.32	47.95	53.23	52.04	47.85	58.75	49.90	41.97	52.70	49.17	49.64		

※ 青は、全国以上 赤は、全国から5ポイント以上マイナス

学年	1年		2年		3年		4年		5年		6年		合計	割合
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子		
在籍者数	28	25	29	29	34	29	41	29	41	30	21	27	363	
実施者数	24	22	28	26	30	26	40	29	38	29	18	25	335	
A	2	0	6	1	4	2	4	3	4	5	1	7	40	12%
B	7	4	8	7	11	10	13	9	8	7	6	93	28%	
C	7	8	7	7	7	7	7	10	9	4	5	85	25%	
D	7	7	5	7	4	3	10	8	11	7	5	6	80	24%
E	1	3	2	4	4	3	6	2	5	5	1	1	37	11%
A+B+C+D+E	24	22	28	26	30	26	40	29	38	29	18	25	335	100%

※ A+B+C+D+E=実施者数

## 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**
  - ・全体的に「50m走」のT得点が低い。
  - ・新体力テスト全校児童の総合評価D・E判定の割合が35%と多く、課題である。
- **生活習慣、運動習慣に関わる課題**
  - ・運動する児童としない児童の二極化が生じており、スクリーンタイムの多さが課題である。

## 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**
  - ・50m走の T 得点において、全国平均との差を 5 P 以内にする。
  - ・新体力テストの運動総合評価において、全校の D・E 判定の割合を 25% 以下とする。
- **生活習慣、運動習慣に関わる目標**
  - ・調査等で得られた結果をもとに、改善を図る。

## 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】
    - ・2学期以降に新体力テスト実施を設定
    - ・学期末の児童アンケート
  - 【成果指標】
    - ・1学期の新体力テストの結果を上回る
    - ・体育の授業で協動的な活動や、自分の能力の向上を実感できた児童の割合を75%以上
  - 【評価結果】
    - ・最終評価（3月）
      - 体力テスト再挑戦し、1学期の新体力テストよりも結果が向上する児童が多数いた。
      - 児童アンケートの「体育の授業で協動的な活動や、自分の能力の向上を実感できた」と回答した児童の割合が97%
- **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
  - 【成果指標】
    - ・授業以外での運動時間が60分以上と回答した児童の割合を75%以上
  - 【評価結果】
    - ・最終評価（3月）
      - 授業以外での運動時間が60分以上と回答した児童の割合が男子66%、女子32%

## 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】

- 日常的に運動に取り組める環境整備**
    - ・体育館や体育館ステージ、校内の広場やグラウンド等に、気軽に運動できるコーナーを設置する。
      - ①立ち幅跳びや反復横跳びコーナー
      - ②ストラックアウトのコーナー
      - ③ドッジボールコートの設置
      - ④児童が自由に使えるボールの追加
  - 全校球技大会の実施**
    - ・昨年に引き続き、児童会の運動委員会が全校球技大会（ドッジボール）を実施。清掃活動を行っている縦割り班がトーナメント方式で戦い、異学年交流と体力向上を目指す取組を行う。
  - 職員への周知**
    - ・ミニ研修や体育通信等を通じて、教員間で体育の活動について交流する。
      - ①オホーツク運動プログラム
      - ②『3つのNo（ノー）』
      - ③インターネットや本、他都府県の実践例等の情報
- 【取組指標】**

  - 1 児童が実施してきて感じたことを書き込む用紙を設置する。
  - 2 昨年度の反省を生かし、よりよい大会になるよう委員会と連携する。
  - 3 定期的に専科として感じたことを発信する。

## 6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・児童が目標に向かって、友達と協力しながら楽しく運動できるための授業改善を継続する。
- ・校内外の運動に取り組める環境整備の改善を図る。
- ・体育に関わる職員間での連携の充実を図る。

## 目指す子どもの姿

- ・運動の楽しさを味わい、進んで運動に親しむ子
- ・めあてに向かって、繰り返し運動に取り組む子
- ・仲間とともに仲良く運動する子

## 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

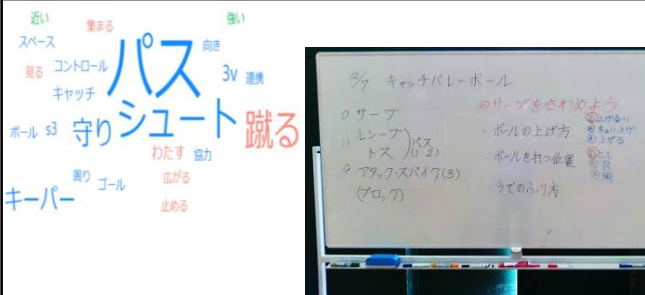
体育専科教員等の視点による  
授業づくりのポイント

### 単元や内容のまとまりを見通した授業実践のポイント

- ・目指すゴールを示したり、実際に取り組んだりすることで、児童一人一人の課題（目標）の設定
- ・児童が課題（目標）に沿って自分に合った練習ができる場の設定
- ・ペアやグループによる協働の場の設定及び成果と課題の共有



### 「導入」場面における指導の手立てのポイント



- ・テキストマイニングを活用した、児童が考える課題の共有
- ・試合や体験で、難しかったことの共有
- ・参考動画や教員、友だちの手本による課題の確認や目指すゴールへの見通しの明確化

### 「展開」場面における指導の手立てのポイント



- ・児童が作戦を共有し、ゲームの中で状況に応じて選択できるようにするため、チームで考えた作戦を説明する場面の設定
- ・活動を互いに見合う視点を示し、友だち同士でコツを教え合う場面の設定
- ・友だちと相互に動画を撮影し、良い点や改善点を見付け合う場面の設定

### 「まとめ」場面における指導の手立てのポイント



- ・友だちの考えから、新たな課題発見や課題解決につなげるために、「オクリンク」を活用した考えの共有
- ・器械運動等における、自分の動画を見て成果や課題を確認する振り返り



# 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

## 異学年交流や運動機会を提供する委員会の取組



みんなも滑ってみよう!

雪の滑り台  
わんぱく坂にあるよ

運動委員会

- 夏の全校ドッジボール大会や、冬の滑り台づくり等を、児童会運動委員会が主体的に企画
- 優勝チームは教員チームと対戦するなど、大人も一緒に運動を楽しむ取組の推進
- 全校放送や教室訪問、ICTを活用したポスター作成等による創意工夫を凝らした企画の告知

## 掲示物と教職員への周知



**校内掲示物**  
体育館入り口付近にある「体力テスト1位の記録」コーナーが今年度 ver.に更新されています。  
人が数人ともなると、「ん！？」という記録があるかもしれません。ないとは思いますが参考記録としてとらえるよう、批判することのないようにお願いします。  
また、この記録を目安に、いこいの広場の体力テストコーナーなどの活用を呼びかけることもできるとは思いますので、よろしく申し上げます。

体育館の階下横に、階下チャレンジ（反斜で見つめておぼれけん）。3年生生活館の掲示板に水泳に関するコアの黒田先生による掲示物があります。  
現在進石の学習内容に関する掲示、時間に関わらず子ども達が楽しんで取り組める掲示について、体育専科でも考えていこうと思っておりますが、何か良いアイデアがあれば、ぜひぜひ体育専科までお願いします。

- 体力テストや、体育の授業及び休み時間の運動に関わること等の掲示
- 各学級担任が取り組んでいる実践例を体育通信等で周知
- 教員も児童と一緒に掲示物を見たり、それに関わる運動と一緒に取り組んだりする活動の推進

## これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

	1年		2年		3年		4年		5年		6年		合計	割合
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子		
在籍者数	20	26	28	23	27	30	32	26	39	28	39	28	346	
実施者数	18	25	28	21	26	29	31	26	37	28	37	25	331	
A	2	7	1	1	4	1	8	6	6	3	6	4	49	15%
B	3	9	10	5	9	7	11	9	10	6	11	9	99	30%
C	7	6	11	6	7	8	5	6	6	9	10	7	88	27%
D	4	2	5	8	4	8	3	3	11	9	8	4	69	21%
E	2	1	1	1	2	5	4	2	4	1	2	1	26	8%
A+B+C+D+E	18	25	28	21	26	29	31	26	37	28	37	25	331	100%

※ A+B+C+D+E=実施者数

### 【令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査実技結果】

- 昨年度に比べ、A・B・C判定の割合が増加し、D・E判定の割合が減少
- 体育授業において、話し合う相手が固定化している等の課題はあるが、意識的に協働の場を設定することにより、児童同士で意欲的に運動する場面が増加

## 体力向上に向けた今後の具体的な取組

- 休み時間等に児童と一緒に体を動かす教員が多いが、この取組が継続できるように、新たな情報の発信や取組の共有を図る。
- 校舎内外で、運動が苦手な児童が気軽に取り組みたり、日常的に運動できたりする環境の一層の充実を図る。
- 児童の運動習慣や生活習慣等、学校生活以外にも目を向け、そこから課題を見付け、解決に向けた取組を推進する。