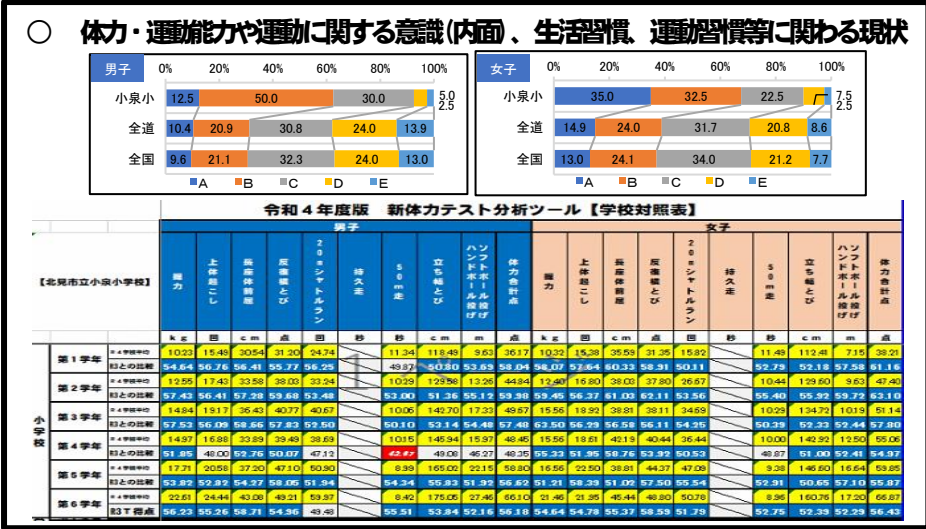


# 北見市立小泉小学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

# 令和4年度 北見市立小泉小学校 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**
  - ・総合評価 D・E 層が男子約 20%・女子約 10%と、全体的に体力、運動能力が高いが、D・E 層も一定程度いる。
  - ・走力「50m走」「20mシャトルラン」は、走る活動が少ないとすぐに低下することから、活動機会を工夫する必要がある。
- **生活習慣、運動習慣に関わる課題**
  - ・朝食の欠食率が高い。
  - ・男子は、よく眠れている児童が多い。
  - ・女子は、睡眠時間が少なめの児童が多い。
  - ・メディア、スクリーンタイムの長い児童の割合が多い。

## 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**
  - ・特に低学年段階において、「多様な動き」を経験できる機会を確保する。
  - ・「楽しいって思える体育」及び「かかわることも楽しい、大事って思える体育」の授業の実践
- **生活習慣、運動習慣に関わる目標**
  - ・生活習慣を整えることが大切であること等、保護者に関心をもってもらう。
  - ・児童自身が気につけ、見直し、修正することができる。

## 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】
    - ・学校評価アンケート（児童）
    - ・新体力テスト
  - 【成果指標】
    - ・「体を動かして遊ぶことは楽しいですか」と回答する児童の割合を 90%以上
    - ・新体力テストの結果、体力合計点 8 割以上の項目において、令和 3 年度全国平均値以上
  - 【評価結果】
    - ・中間評価（8月）
      - 低学年 92.1% 高学年 91.2%
    - ・最終評価（2月）
      - 低学年 94.1% 高学年 93.9%
      - （中間比：低学年 2.0%増、高学年 2.7%増）
      - 新体力テストの約 92%の項目で数値向上
- **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】
    - ・学校評価アンケート（保護者）
  - 【成果指標】
    - ・「学校は、子どもが運動や身体を使った遊びに親しむ機会を設けている」と回答した保護者の割合を 70%以上
    - ・「子どもは十分な睡眠をとっていますか」と回答した保護者の割合を 70%以上
  - 【評価結果】
    - ・中間評価（8月）
      - ・「学校は、子どもが運動や身体を使った遊びに親しむ機会を設けている」と回答した保護者は 90%
    - ・最終評価（2月）
      - ・「学校は、子どもが運動や身体を使った遊びに親しむ機会を設けている」と回答した保護者は 86%（中間比 4%減）
      - ・「子どもは十分な睡眠をとっていますか」と回答した保護者の割合は 72%（中間比 3%減）

## 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】

- 勝手に運動しちゃう場づくり**
    - ・鉄棒の技（レベル 0～36）のグラウンド及び体育館で掲示
    - ・遊具チャレンジ（登り棒の下には、すのこを置いて靴・靴下を脱げるように）
    - ・ケンパチャレンジ（玄関前のスペースに、ペンキで描画）
    - ・グラウンドコートの常設（ドッジボールコート）
    - ・体力テスト体験コーナーの設置（握力・立ち幅跳び・長座体前屈等）
  - どさん子元気アップチャレンジの活用**
    - ・短縄跳び全道大会（90 秒前跳び・60 秒二重跳び・30 秒かけ足跳び）への全校的な参加（前期・後期）
  - 体育掲示板の設置・掲示の充実**
    - ・時期や単元に合わせた掲示物の設置（ワールドカップ、速く走るコツ等）
- 【取組指標】**

  - 1 年間を通して実施
  - 2 前後期とも道教委への記録提出を行う
  - 3 年間を通して実施し、間延びしないように定期的に更新を行う

## 6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・授業はじめのランニングや短時間でのおなわ跳びの継続
- ・指導参考資料の整備、充実、紹介
- ・体育備品、消耗品の整備、入れ替え、紹介
- ・初任段階などの教員向けに、授業づくり（単元づくり）ミニ研修

# 北見市立小泉小学校

全校児童数 448名（男子224名 女子224名）  
教職員数 49名

## 目指す子どもの姿

- ・進んで体を動かす子、運動が好きな子
- ・安全に気を付けて運動のできる子
- ・用具の準備や後片付けがしっかりできる子



## 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

### 単元や内容のまとめりを見通した授業実践のポイント

- ・各学年のゴールの姿の設定や前学年の知識や技能との関連を図るなど、6年間を見通した、つながりのある題材・単元構成
- ・同時期に、全学年が同じ単元・領域を設定した題材配当表・年間指導計画の作成
- ・主運動やメインのゲームにつながる、導入における遊びや補助運動・タスクゲームの設定



### 「導入」場面における指導の手立てのポイント



学年	単元	領域	目標	評価
5年生	跳び箱運動①	運動	跳び箱の動作を正確に行うことができるようになる。	跳び箱の動作の正確さ、リズム感、持久力、協調性、礼儀、態度、意欲、努力、達成感、自己肯定感、学習態度、学習習慣、学習意欲、学習成果、学習態度、学習習慣、学習意欲、学習成果
4年生	跳び箱運動②	運動	跳び箱の動作を正確に行うことができるようになる。	跳び箱の動作の正確さ、リズム感、持久力、協調性、礼儀、態度、意欲、努力、達成感、自己肯定感、学習態度、学習習慣、学習意欲、学習成果
3年生	跳び箱運動③	運動	跳び箱の動作を正確に行うことができるようになる。	跳び箱の動作の正確さ、リズム感、持久力、協調性、礼儀、態度、意欲、努力、達成感、自己肯定感、学習態度、学習習慣、学習意欲、学習成果
2年生	跳び箱運動④	運動	跳び箱の動作を正確に行うことができるようになる。	跳び箱の動作の正確さ、リズム感、持久力、協調性、礼儀、態度、意欲、努力、達成感、自己肯定感、学習態度、学習習慣、学習意欲、学習成果
1年生	跳び箱運動⑤	運動	跳び箱の動作を正確に行うことができるようになる。	跳び箱の動作の正確さ、リズム感、持久力、協調性、礼儀、態度、意欲、努力、達成感、自己肯定感、学習態度、学習習慣、学習意欲、学習成果

- ・補助運動や遊び等、主運動につながる動きづくり
- ・単元や1単位時間の見通しをもたせる課題設定や学習の流れ、評価規準の提示

### 「展開」場面における指導の手立てのポイント



- ・ICTの活用→動画撮影（自分の動きを可視化）、追っかけ再生、お手本動画、ループリックの活用
- ・協働する時間や場面の確保（思考・判断・表現の評価）

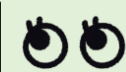
### 「まとめ」場面における指導の手立てのポイント



- ・挙手・全体交流・ロイロノートを活用したアンケート等、振り返りの時間や場面の確保
- ・次時につながる児童の困り感や感想等を共有する振り返り



# 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

## プチムーブメントのきっかけづくり



- ・どさん子元気アップチャレンジ「短縄全道大会」への参加（90秒前とび・60秒二重とび・30秒かけ足とび）
- ・委員会活動とのコラボ企画「逃走中」ごっこ
- ・ドッジボールコートの特設

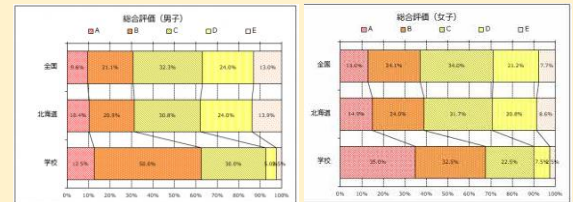
## つい運動したくなっちゃう環境づくり



- ・3年間を通して継続し、児童や教職員の現状やニーズに合わせて改良を加えて実施（ケンパゾーン、ホールのなわとびゾーン・手作りジャンピングボード、グラウンドの各種コート常設、体力テスト体験コーナーなど）

## これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

- ・新体力テスト結果  
→第5学年においては、男女とも全ての項目において全国平均を上回ることができた。
- ・学校評価児童アンケート「体を動かして遊ぶことは楽しいですか」の項目において上昇  
→低学年94.1%、高学年93.9%
- ・初任段階教員をはじめ多くの教員の指導力、ポジティブな声掛け、テンポを大切にして授業を展開する力の向上
- ・市内の他校での示範授業や研修、資料提供



## 体力向上に向けた今後の具体的な取組

- ・3年間の積み上げの継続（授業前のランニング、短時間での短縄とび、運動量の確保された展開）
- ・体育専科教員が担っていた業務の保体部等への移行（遊び場・グラウンドコートの整備、体育の単元に合わせたライン引きや用具の管理等）
- ・各学年の時数担当者による学級体育を軸とする時間割の設定・作成（体育館やグラウンドの割り当て、各専科との調整）  
※次年度以降、体育専科が配置されなくても、体力向上に向けた持続可能な取組
- ・養護教諭、栄養教諭などと連携した授業の継続（保健分野）