

体力課題解決研究指定校の発表資料 久喜市立本町小学校

令和2・3年度 埼玉県教育委員会/埼玉県体力課題解決研究指定
令和3・4年度 久喜市教育委員会「体力向上に関する研究」委嘱

研究主題

『生涯にわたって健康を保持増進し、
豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成するための
小学校体育のあり方』
～する、見る、支える、知る～



久喜市立本町小学校

○久喜市立本町小学校の発表を始めます。

○本校では『生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成するための小学校体育のあり方』～する、見る、支える、知る～を研究主題として、2年間に渡って研究を行ってきました。

令和3年度 本町小学校研究推進プラン

《学校教育目標》
よく学び なかよく遊び 明るく元気

《学校のめざす児童像》
目標を目指して努力する子(かしこく) 礼儀正しく思いやりのある子(やさしく) 健康で体力づくりをする子(たくましく)

《保護者・社会の要請》

- ・「生きる力」を育む理念のもと、知識・技能の習得と思考力・判断力・表現力等のバランスのとれた育成
- ・確かな学力と心豊かな子どもの育成
- ・一人一人の自己肯定感がもてる活躍の場づくり

《本町小の子ども》

- ・体カテスト県平均以上33% (96項目中36項目 昨年度より5ポイントダウン)
- ・50m走、投力、握力、長座体前屈に課題が見られる。
- ・外遊びをする児童とそうでない児童の二極化。

○本校では、学校教育目標を「よく学び なかよく遊び 明るく元気」と設定しています。

○本校の児童の実態ですが、令和元年度の新体カテストでは、県平均を上回ったものが96項目中36項目で、達成率が38%と体力面に課題があることがわかりました。また、外遊びを積極的に行う児童と、そうでない児童の二極化が進んでいることも課題となっています。



《研究主題》
生涯にわたって健康を保持増進し、
豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成するための
小学校体育のあり方
～する、見る、支える、知る～



《研究を通して目指す児童像》
スポーツに積極的に関わりながら、
自らの課題に気づき、進んで運動したり、健康を保持増進する児童

○そこで、このような課題を解決するために、研究主題を「生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成するための小学校体育のあり方～する、見る、支える、知る～」に設定しました。

○そして、研究を通して目指す児童像を、「スポーツに積極的に関わりながら、自らの課題に気づき、進んで運動したり、健康を保持増進したりする児童」としました。



《研究のねらい》

- ① 学習の課題とゴールを明確にし、さらに学習環境の整備や地域社会や家庭との連携を深めることで、児童の意欲やできる喜びを高めていく。
- ② 自身の成果や課題を明確にし、生活に生かすための道筋を示すことで、児童の生活習慣の改善、運動の習慣化を促進し、健康の保持増進につなげていく。

○研究のねらいについては、以下の二つを設定しました。1つ目が、「学習の課題とゴールを明確にし、さらに学習環境の整備や地域社会や家庭との連携を深めることで、児童の意欲やできる喜びを高めていくこと」、2つ目が「自身の成果や課題を明確にし、生活に生かすための道筋を示すことで、児童の生活習慣の改善、運動の習慣化を促進し、健康の保持増進につなげていくこと」です。

《 研究の仮説 》

- 仮説1** 「できた!」という実感をもたせる機会や場を増やせば、運動好きの児童を育成することができるであろう。
- 仮説2** 自分の課題や成果を客観視し、生活に生かすことができれば、健康の保持増進につなげることができるであろう。

- このねらいをもとに、研究の仮説を2つ設定しました。
- 1つ目の仮説が「できた!」という実感をもたせる機会や場を増やせば、運動好きの児童を育成することができるであろう。
- 2つ目の仮説が「自分の課題や成果を客観視し、生活に生かすことができれば、健康の保持増進につなげることができるであろう。」です。

《 仮説1に対する手立て 》

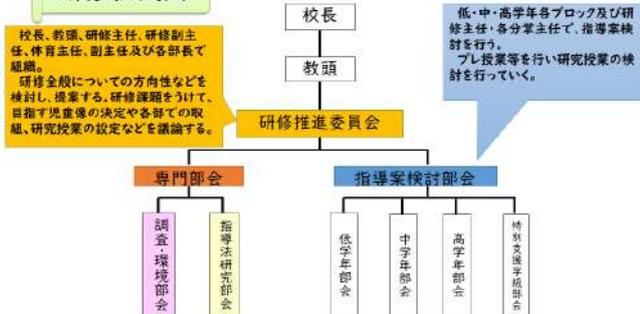
- する**
- ・体育におけるスモールステップを生かした学習活動
 - ・課題とゴールの明確化
- 見る**
- ・ICTの活用・模範演技
 - ・オリンピック映像の活用
- 支える**
- ・教えあい、学び合い
 - ・地域・家庭との連携
- 知る**
- ・ふりかえりカード
 - ・ポイントがわかる提示資料

《 仮説2に対する手立て 》

- する**
- ・運動の日常化
 - ・6年間を見据えた各種運動カード
- 見る**
- ・スポーツ観戦、「I'm possible」の活用・GTの活用、掲示物
- 支える**
- ・家庭、地域と連携した保健指導
- 知る**
- ・体カプロフィールシートの活用・生活習慣アンケートの活用
 - ・保健や学級活動における自分の生活の振り返り

- この2つの仮説に対して、本校の研究の柱の1つである「する・見る・支える・知る」の視点から、表に記載されている手立てを考えました。

研修組織図



- 研究組織は、校長・教頭のもとに、研修推進委員会を置き、さらに、指導法研究部・調査環境部の2部会からなる専門部会を設置しました。
- また、低・中・高・特別支援に分かれた指導案検討部を設置し、指導案の検討や授業の準備を行いました。

学校全体としての取組

1 全校で行う「本町っ子体操」



- 続いて、本校の具体的な取り組みについてご説明します。
- まず、学校全体の取り組みについてです。本校では、全校で行う「本町っ子体操」に取り組んでいます。本校の体力の課題項目を意識した構成になっており、音楽に合わせて行います。この体操は、準運動編と体力を高める運動編に分かれており、体育の授業や、全校で行う業前運動の際に取り組んでいます。

指導法研究部の取組

4 器械運動の系統表の作成

1年	2年	3年	4年	5年	6年
器械運動 跳び箱 鉄棒 マット運動	器械運動 跳び箱 鉄棒 マット運動	器械運動 跳び箱 鉄棒 マット運動	器械運動 跳び箱 鉄棒 マット運動	器械運動 跳び箱 鉄棒 マット運動	器械運動 跳び箱 鉄棒 マット運動



○さらに、本校では学習指導要領に基づき、器械運動の系統表を作成しました。これを作成したことにより、6年間で目指すべきゴールが明確になり、それを達成するためには各学年でどのような動きができるようになれば良いのかがはっきりし、指導の工夫に生かすことができました。

指導法研究部の取組

5 コロナ禍を意識した授業展開例

○また、現在は新型コロナウイルスの影響で接触を伴ったり密になったりする運動ができなくなっています。そこで、コロナ禍でもできるような運動の仕方、ルールなどを工夫し、少しでもねらいに迫ることができるようにしています。
○そして、「コロナ禍を意識した授業展開例」を作成し、教員間で共有できるようにしています。

指導法研究部の取組

6 体育授業におけるスケッチブックの活用

○さらに、体育の授業ではスケッチブックを活用しています。スケッチブックに本時のねらいや動きのポイントなど、様々な資料を貼り、授業で活用しています。これを活用することで、その時間のねらいを児童に明確に示すことができたり、動きのポイントが説明しやすくなったりします。また、スケッチブックは書き込みや持ち運びが容易であるため、貼ってある図にペン等で書き込んだり、授業後に教室に持ち帰って児童が見ることができたりと、多様な活用の仕方ができ、体育授業の質の向上につながりました。

調査環境部の取組

1. スポーツ健康アンケート

児童の実態と変容を知るために、R2・7月、R3・3月、R3・6月の3回に渡り、アンケートを行ってきた。内容は、大きく分けて運動に関するもの、体育に関するもので、全部で14項目になっている。

○次に、調査環境部の取り組みについてご説明します。調査環境部では、児童の運動やスポーツ、体育や普段の生活に関する実態を把握するために、スポーツ健康アンケートを実施しました。令和2年の7月に1回目を、令和3年の3月に2回目を、令和3年の6月に3回目のアンケートを実施し、児童の実態や変容を分析しました。

調査環境部の取組

2. 本町っすくすくカード



課題達成のために有効な運動例の提示

学年ごとの達成率、本校児童の傾向、達成のランキングとアドバイスを体育通信で保護者へ発信した。

チェックをしたのは以下の8項目である。

①朝ごはん ②朝の歯みがき ③手洗いうがい ④運動 ⑤スマホ・タブレット・ゲーム ⑥排便 ⑦夜の歯みがき ⑧睡眠
○が7～6個で『とてもよい生活習慣』、5～4個で『いい生活習慣』、3～0個で『気をつけよう』という目安も提示した。

○また、普段の生活習慣を見直し、望ましい生活を送ることができるよう「本町っすくすくカード」に取り組みました。健康な生活に関する8つの項目について振り返り、自分が健康な生活を送ることができているかどうかをチェックします。また、カードには保護者からのコメントを書いていただいたり、家でもできるような運動を紹介したり、学年ごとの達成率や達成ランキングなどを体育通信に掲載したりするなどして、家庭と連携しながら健康な生活を送れるようにしています。

調査環境部の取組

3. 掲示物の作成



R2年度より取り組み始めた本町っすくすく体操について、ポイントを入れた掲示物を作成し、児童が動きを覚えやすくなりました。

○環境面では、本町っすくすく体操のポイントを明示した掲示物を作成し、児童が動きを覚えられるようにしました。

調査環境部の取組

3. 掲示物の作成



スポーツ選手の記録の実際の高さや長さなど視覚的な掲示をし、子ども達のスポーツへの関心や意欲を高めた。

○また、校舎内にスポーツ選手の記録の実際の高さや長さなど、視覚的な掲示をし、児童のスポーツへの関心や意欲を高められるようにしました。

調査環境部の取組

3. 掲示物の作成



オリンピック、パラリンピックの概要やクイズを掲示し、子ども達の関心を高めた。

○さらに、オリンピックやパラリンピックの概要や歴史等に関するクイズを掲示し、児童の関心を高める取り組みも行いました。

指導案検討部の取組

令和2年度の研究授業



研究授業① 令和2年7月7日
3年1組「バドミントン」



研究授業② 令和2年11月9日
2年1組「跳び箱を使った運動遊び」



研究授業③ 令和3年2月8日
6年2組「マット運動」

○指導案検討部では、研究授業に向けた指導案検討や準備等を行います。

○昨年度は3年生の体育「バドミントン」、2年生の体育「跳び箱を使った運動遊び」、6年生の体育「マット運動」を行いました。

指導案検討部の取組

令和3年度の研究授業



研究授業④ 令和3年7月2日
3年1組「ハンドボール」



研究授業⑤ 令和3年7月2日
6年1組「病気の予防」

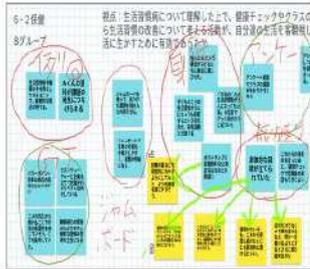
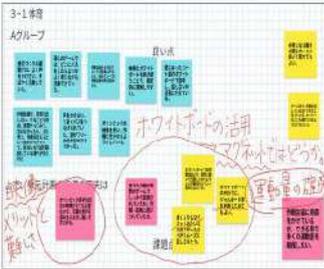


研究授業⑥ 令和3年10月6日
1年1組「体つくりの運動遊び」

○本年度は、3年生の体育「ハンドボール」、6年生の保健「病気の予防」、1年生の体育「体つくりの運動遊び」を行い、研究を深めることができました。

指導案検討部の取組

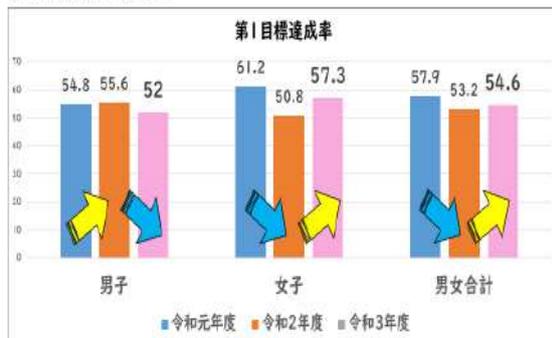
研究協議におけるgoogle jamboardの活用



○また、本校では、研究授業後の研究協議において、googleのjamboardを活用しています。授業を参観している間に、視点に沿って良い点・課題点・改善提案を書き込んでおき、それをもとに協議を行っています。紙の付箋を使うよりも書き込んだものを移動したりまとめたりしやすいということ、また、模造紙などを使った場合は異なり保管のための場所とらないことなどのメリットがありました。

検証結果 | 新体カテストの結果より

①第1目標達成率の経年変化

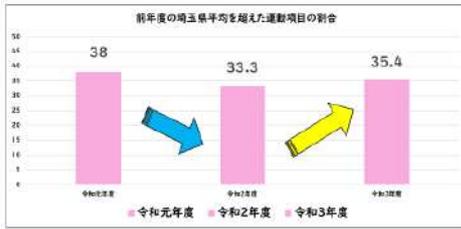


コロナ禍による休校明けということもあり、学校全体では令和2年度に第1目標達成率が落ち込んでしまいましたが、令和3年度には上昇した。

○次に、検証結果について説明します。まず、新体力テストの検証です。本校では、令和2年度も独自に実施しました。第1目標達成率の変化を見てみると、男子は令和2年度に上昇したものの、令和3年度には5.2%に低下しました。一方で、女子は令和2年度に低下したものの、令和3年度には57.3%と、再上昇しています。学校全体で見ると、女子の結果と同様に、令和2年度に一度低下したものが令和3年度には再上昇しています。コロナ禍による休校明けの影響もあり、全体的に下がってしまいましたが、様々な取り組みを行い、再び上昇させることができました。

検証結果 | 新体カテストの結果より

② 前年度の埼玉県平均を超えた運動項目の割合 (※令和3年度は令和元年度の埼玉県平均との比較)

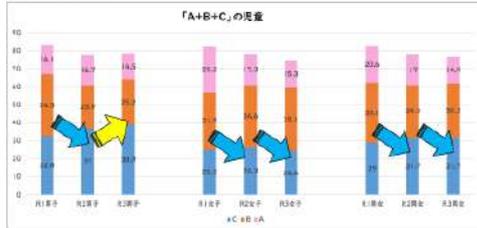


令和元年度は、前年の埼玉県平均を超えたのは98項目中36項目で、38%であった。令和2年度には98項目中32項目で33.3%に低下してしまいましたが、令和3年度には98項目中34項目で35.4%に上昇した。

○続いて、県平均との比較です。令和元年度は、県平均を超えた項目は38%でした。しかし、令和2年度には33.3%に低下しました。これも、コロナ禍による休校の影響が大きいと考えられます。しかし、第1目標達成率と同様、令和3年度には、35.4%の項目が県平均を超えました。この結果からも、休校で大きく低下した体力が再び上昇していることが見て取れます。

検証結果 | 新体カテストの結果より

③ 「A+B+C」の児童



令和元年度と比較すると、令和3年度はA+B+Cの児童が減少している。男子は令和2年から令和3年にかけて増加しているものの、全体的に上位層が減少していることがわかる。

○次に、A+B+Cの児童の変化です。この結果に関しては、先ほどの第1目標達成率、県平均との比較とは異なり、令和2年度に続き令和3年度も低下してしまっています。特に、A層の児童が減少していることがわかります。学校での運動だけでなく、スポーツ少年団をはじめとした学校外での運動も時間が制限されていることも要因のひとつとして考えられます。

検証結果 | 新体カテスト 市平均との比較

項目	令和元年度	令和2年度	令和3年度
男子	12.5%	12.5%	12.5%
女子	12.5%	12.5%	12.5%
合計	12.5%	12.5%	12.5%

市全体 RIを上回るもの 6/48項目 12.5%

項目	令和元年度	令和2年度	令和3年度
男子	41.7%	41.7%	41.7%
女子	41.7%	41.7%	41.7%
合計	41.7%	41.7%	41.7%

本町小 RIを上回るもの 20/48項目 41.7%

○これは、新体カテストにおける男子の市平均との比較です。市全体では、令和元年度の結果を上回った項目は48項目中6項目で12.5%でした。一方で、本校では令和元年度の結果を上回った項目は、48項目中20項目で、41.7%でした。

検証結果 | 新体カテスト 市平均との比較

項目	令和元年度	令和2年度	令和3年度
男子	18.8%	18.8%	18.8%
女子	18.8%	18.8%	18.8%
合計	18.8%	18.8%	18.8%

市全体 RIを上回るもの 9/48項目 18.8%

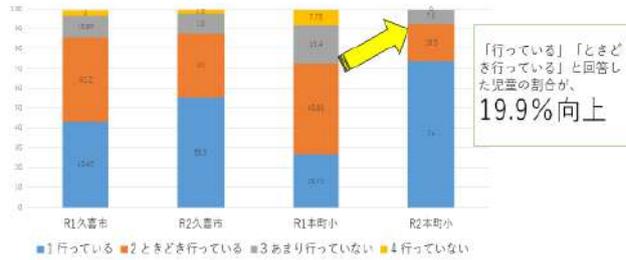
項目	令和元年度	令和2年度	令和3年度
男子	35.4%	35.4%	35.4%
女子	35.4%	35.4%	35.4%
合計	35.4%	35.4%	35.4%

本町小 RIを上回るもの 17/48項目 35.4%

○女子に関しても、市平均では18.8%に対し、本校では35.4%と、体力向上のための取り組みが成果として表れていることがわかります。コロナ禍の中での取組であり、経年変化での体力の向上は大きくありませんでしたが、他校との比較では、着実に体力の向上が図られていることがわかりました。

検証結果2 体育授業に関するアンケート (久喜市独自調査) 市平均との比較

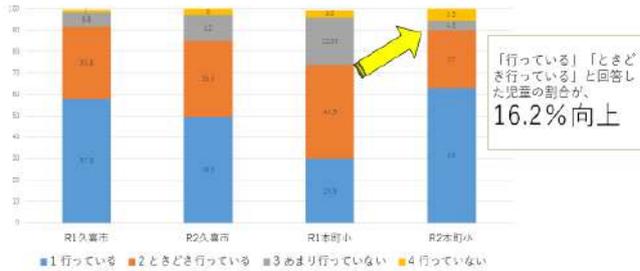
体育授業の目標が示されている



○これは、市で独自に行っている体育授業に関するアンケートの結果です。このグラフは、令和元年度と令和2年度における市平均と、本校の平均の推移を表しています。「体育授業の目標が示されている」という問いに対して、肯定的に回答した児童の割合を見ると、令和元年度では、市平均を下回っていましたが、令和2年度では19.9%向上し、市平均を上回りました。

検証結果2 体育授業に関するアンケート (久喜市独自調査) 市平均との比較

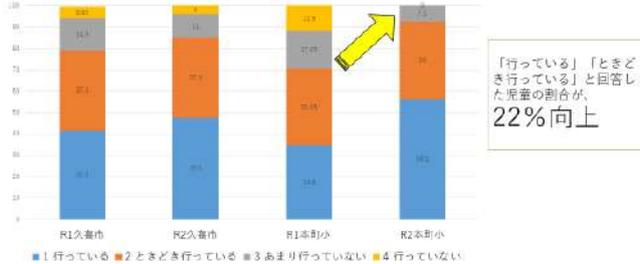
体育授業で話し合う活動



○「体育授業で話し合う活動」をしているかという問いについて肯定的に回答した児童の割合も、令和2年度では16.2%向上し、市平均を上回りました。

検証結果2 体育授業に関するアンケート (久喜市独自調査) 市平均との比較

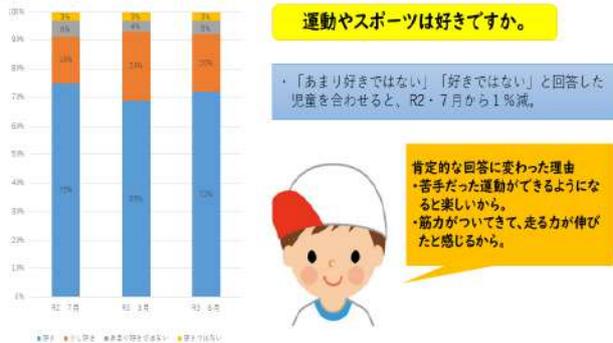
体育授業で振り返る活動



○「体育授業で振り返る活動」をしているかという問いについても、肯定的に回答した児童の割合が、令和2年度では22%向上し、市平均を上回りました。
○以上のアンケート結果からも、「本町小スタンダード」を基盤として、体育の授業改善が図られたことがわかりました。

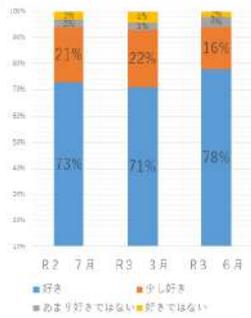
検証結果3 仮説1の検証結果

運動やスポーツは好きですか。



○続いて、仮説1の検証結果です。調査環境部の取り組みで行ったアンケートの結果では、「運動やスポーツは好きですか」という質問に対して、否定的な回答をした児童が、令和2年度7月から1%減少しました。肯定的な回答に変化した理由は、「苦手だった運動ができるようになって楽しいから」「筋力がついてきて、走る力が伸びたと感じるから」と答えていました。

検証結果3 仮説1の検証結果



体育の学習は好きですか。

・「好き」と答えた児童が、R2・7月から5%増。



肯定的な回答に変わった理由
 ・体育の授業の進め方がわかりやすくなったから。
 ・できなかったことでも練習したらできるようになったから。

体育の授業改善が、児童の「できた!」につながり、体育好きの児童・運動好きの児童の育成につながった。

○また、「体育の学習は好きですか」という質問に対しては、「好き」と答えた児童が、令和2年7月から5%増加しています。肯定的な回答に変わった理由は、「体育の授業の進め方がわかりやすくなったから」「できなかったことでも練習したらできるようになったから」でした。したがって、体育の授業改善が児童の「できた」という達成感につながり、体育好きの児童・運動好きの児童の育成につながったと考えます。

検証結果4 仮説2の検証結果

項目	R2	R3						
1	81%	82%	83%	84%	85%	86%	87%	88%
2	75%	76%	77%	78%	79%	80%	81%	82%
3	70%	71%	72%	73%	74%	75%	76%	77%
4	65%	66%	67%	68%	69%	70%	71%	72%
5	60%	61%	62%	63%	64%	65%	66%	67%
6	55%	56%	57%	58%	59%	60%	61%	62%
7	50%	51%	52%	53%	54%	55%	56%	57%
8	45%	46%	47%	48%	49%	50%	51%	52%
9	40%	41%	42%	43%	44%	45%	46%	47%
10	35%	36%	37%	38%	39%	40%	41%	42%

本町っすくすくカードの取り組み結果

- ①朝ごはん ②朝の歯みがき ③手洗いうがい ④運動
- ⑤スマホ・タブレット・ゲーム ⑥排便 ⑦夜の歯みがき ⑧睡眠

・朝ご飯、手洗いうがい、夜はみがきの習慣がついている。
 ・朝歯みがきの習慣、寝る時間の意識は、徐々に上がってきている。
 ・運動の習慣、スマホやタブレットの使用時間には課題がある。特にスマホやタブレットについては、オンライン授業も行っていため、達成率が下がっていることも考えられる。

○次は、仮説2の検証です。調査環境部の「本町っすくすくカード」の取り組みで、家庭と連携して生活習慣の改善を図ったところ、朝ごはんや手洗いうがい、夜の歯磨きの習慣が身につきました。一方で、運動の習慣、スマホやタブレットの使用時間には課題があります。特に、スマホやタブレットについては、オンラインの授業も行っていため、達成率が下がっていることも考えられます。

検証結果4 仮説2の検証結果

保健学習

6年生
 単元名 病気の予防
 「生活習慣病について知り、自分の生活について考えよう。」



・生活の仕方、重い病気にかかってしまうことを初めて知りました。
 ・好き嫌いを減らしていこうと思います。
 ・将来の自分のために、今から食事や睡眠、運動などに気をつけたいと思いました。

変容
 (すくすくカードより)

- ①朝ごはんを食べた。
 R3.1月 97%
 ⇒ R3.9月 98% 【1%アップ↑】
- ②睡眠を〇時間以上とった。
 R3.1月 78%
 ⇒ R3.9月 83% 【5%アップ↑】

○また、6年生の保健「病気の予防」では、生活習慣病について知り、自分の生活について考えました。この授業を通して、「好き嫌いを減らしていこうと思います。」「将来の自分のために、今から食事や睡眠、運動などに気をつけていきたいと思いました。」という感想が挙がりました。その後の変容を見ると「朝ごはんを食べた」という児童が1%増、睡眠についても5%増でした。

検証結果4 仮説2の検証結果

保健学習

6年生
 単元名 病気の予防
 「むし歯や歯周病になりにくい生活のしかたを考えよう。」



・おやつの中にもむし歯や歯周病になりやすいものがあることが分かりました。
 ・カラーテスターで自分の磨き残しの場所があることが分かったので、気を付けてみがいと思っています。

変容
 (すくすくカードより)

- ②朝歯みがきをした。
 R3.1月 82%
 ⇒ R3.9月 87% 【5%アップ↑】
- ⑦夜歯みがきをしていますか。
 R3.1月 91%
 ⇒ R3.9月 96% 【5%アップ↑】

○また、虫歯や歯周病になりにくい生活の仕方について考えた授業では、「カラーテスターで自分の磨き残しの場所があることがわかったので、気を付けて磨いていこうと思いました」などの感想が挙がりました。その後の変容については、朝の歯磨きについては5%増、夜の歯磨きについては9%増という結果でした。

検証結果4 仮説2の検証結果

- ・保健や学級活動では、研究の手立てである「する・見る・支える・知る」をもとに、授業を展開してきた。
- ・保健や学級活動を通した学習・すくすくカードの取組から、子ども達の生活が健康的になった。
- ・本町すくすくカードでは、保護者からのコメントに、「今まで気づかなかった子どもの課題が分かった」という内容があった。子どもだけでなく、保護者にも子どもの課題を知ってもらうきっかけを作ることができた。
- ・多くの項目の達成率が上がった。自分の生活をチェックすることで、生活を客観視でき、健康の保持増進につながってきたといえる。

○このように、研究の手立てである「する・見る・支える・知る」をもとに、保健や学級活動を通した学習・すくすくカードの取組を通して、児童の生活が健康的になりました。また、保護者からのコメントには「今まで気づかなかった子どもの課題が分かった」という内容がありました。これらの取組を通して、多くの項目で達成率が上がりました。自分の生活をチェックすることで、生活を客観視でき、健康の保持増進につながったと考えられます。

研究のまとめ

成果

- ・授業改善により「体育の授業が好き」という児童が増え、新体力テストの結果についても一定の伸びが見られた。
- ・外遊びをしている児童も増えるなど、進んで運動に親しむ様子が見られ、「豊かなスポーツライフ」の実現に向けた素地ができてきた。
- ・自分の生活を改めて見直すことで課題に気づき、健康的な生活への意識が高まった。
- ・家庭との連携等も行ったことで、健康な生活を送るために必要なことを実践している児童も増えている。

○最後に、研究全体を通した成果と課題です。成果としては、「体育の授業が好き」という児童が増え、新体力テストに関しても一定の伸びが見られました。また、外遊びをしている児童も増えるなど、進んで運動に親しむ様子が見られ、「豊かなスポーツライフ」の実現に向けた素地ができてきたと考えます。

○また、自分の生活を改めて見直すことで課題に気づき、健康的な生活への意識が高まりました。家庭との連携等も行ったことで、健康な生活を送るために必要なことを実践している児童も増えています。

今後に向けた課題

- ・運動が十分に日常化・生活化しきれていない面がある。
- ・依然として体力面には課題がある。今後も体育の授業をはじめとして様々な運動に親しませ、豊かなスポーツライフの実現を目指した取組を続けていきたい。
- ・デジタル化が進む現在だからこそ運動の必要性や大切さに目を向けさせ、豊かなスポーツライフ、健康な生活を送れるように研究を深めていきたい。

○次に課題です。体育好き・運動好きの児童は増えたものの、運動がまだ十分に日常化・生活化しきれていない面があります。体力面にも依然として課題があります。今後も体育の授業をはじめとして様々な運動に親しませ、豊かなスポーツライフの実現を目指した取組を続けていきたいと思えます。

○デジタル化が進む現在だからこそ、運動の必要性や大切さに目を向けさせ、豊かなスポーツライフ、健康な生活を送れるよう研究を深めてまいりたいと思えます。