

主体的に体力向上に取り組むことができる、心身共にたくましい生徒の育成

大分県大分市立大在中学校

テーマ	主体的に体力向上に取り組むことができる、心身共にたくましい生徒の育成		
全校生徒数	936名(男子448名 女子488名)		
全クラス数	26	教職員数	65名(内体育科6名)
体育推進教員名		池田 航	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

(1) 体力調査結果等から

全学年、男女ともに、2022年度の20mシャトルランや50m走の結果が全国平均を下回っている。「走」を中心とした取り組みが必要である。

運動を好む生徒は多い一方で、運動・スポーツの実施状況・時間が、学年が上がるにつれて低下している。

2 取組の計画

① 「大在オリンピック」

「大在オリンピック」と銘打って、新体力テストを実施する。

② 「生徒会企画」

生徒会による月1回の体力向上につながる企画の実施(クラス単位や学年単位の取組)

Do：実践内容

1 「大在オリンピック」

(1) 記録向上に向けた意欲付け

新体力テストを「大在オリンピック」と銘打って、新体力テストを実施する。ワークシートは保体ファイルに綴じ、3年間蓄積している。昨年度の結果を確認し、目標値を決め、「大在オリンピック」を行う。

また、昨年度より、保体科で結果の分析及び、体力向上に向けた対策について、定期的に話し合いを行っている。今年度も継続して実施する。

2 生徒会企画「笑 TIME」

(1) 生徒会による体力向上に向けた取り組み

生徒会による月1回の体力向上につながる企画を実施する。

●工夫したこと (&苦勞した点)

① 今年度は生徒の主体性を引き出す手立てとして、「リアルタイム速報」を用いた。授業内で、全国平均や県平均をクラス平均が上回っているか、速報値を出しながら実施した。結果がリアルタイムで反映されるため、生徒の記録向上に向けた意欲を引き立てられると考えた。

苦勞した点としては、生徒のモチベーションが記録に大きく影響するため、モチベーションをあげることに苦勞

した。しかし、「リアルタイム速報」は効果があった。

② 月によっては、クラス対抗戦や学年単位の取り組みなど、工夫を凝らしながら実施した。

苦勞した点は、はじめはなかなか全員参加をするクラスが少なかった。しかし、クラス対抗戦などの工夫を保体委員長と共に考え、全員参加のクラスがほとんどになっていき、生徒の体力向上に関する意欲が高まった。

Check：取組の成果

① 今年度は生徒の主体性を引き出す手立てとして、「リアルタイム速報」を用いた結果、昨年度以上に生徒自身が主体的に記録向上に向けた補強運動や、アドバイス活動を実施していた。今年度の新体力テストの結果を昨年度の結果と比較すると、中学1年男子の3項目を除いた項目は上昇する結果となり、大きな成果につながったと考えられる。また、保体科で現状の報告や情報共有をこまめに行い、その都度、対策を検討し、体力向上に向け取り組みを実施することができた。

② 生徒会活動が主体的となって「体力向上に向けた外遊び」を企画した。その結果、生徒自身が体力向上について興味・関心を持ち、活動を広げることができた。

Action：今後の課題

① 次年度も今年度同様に、体力向上に向けて、保体科を中心になって対策の検討を行う。特に、記録が向上しているものの、全国・県平均を下回っている項目を重点的に検討する。また、小中の保体科で、実態把握を行ったり、統一の補助運動を行うなどの連携を強化したい。

新体力テストの記録については上昇する項目が多くあったが、質問紙調査における、運動愛好度の結果大分市平均を下回っている課題がある。体育の授業を通じ、運動愛好度が高まる取り組みが必要である。

② 昨年度から、体力向上の取り組みの波及効果として、生徒会が中心となって、体力向上につながる企画を行っている。しかし、クラス毎に温度差があり、保体科以外の教員に対する、周知や連携が必要だと感じる。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

昨年度から、保体科で体力向上に向けての話し合いを実施しており、教員間の連携強化や意識向上につながった。また、生徒自身も、体力向上にむけ、クラスや学年で協力し、意欲的に活動する様子が広がった。



球技 (バスケットボール) の授業
 風景
 グループ活動や課題に対しての
 振り返り

体づくり運動の授業風景



大分市教育委員会による
 「大分っ子体力アップ
 わくわく事業」の様子
 講師：石井聡さん

