

主体的に体力向上に取り組むことができる生徒の育成

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生徒の育成		
全校生徒数	878名(男子460名 女子418名)		
全クラス数	25	教職員数	61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

◆昨年度の新体力テストの結果

全国平均以上の項目・・・77.08% (37項目)

昨年度以上の項目・・・93.75% (45項目)

A、B、C層の生徒・・・88.6%

運動愛好度の肯定的回答・・・84.7%

◆今年度の新体力テストの結果

全国平均以上の項目・・・64.58% (31項目)

昨年度以上の項目・・・37.5% (18項目)

A、B、C層の生徒・・・83.8%

運動愛好度の肯定的回答・・・85.1%

昨年度比で、運動愛好度は若干の向上をしているが、総合評価C以上の生徒の割合は下回る結果となった。

2 取組の計画

- 年間を通して、体育の授業時における「走力向上」の補強運動を実践
- 体力・運動能力の実態について、保体科主任を中心として、組織的な分析と検討の実施
- 生徒会・学級担任と連携して、運動に親しむ場の設定
- 大在地区の小中連携の強化

Do：実践内容

1 年間を通して、体育の授業時における「走力向上」の補強運動を実践

・1校1実践の「Zジャンプ」の継続実施

「Zジャンプ」のやり方

①かかとを膝の高さまで上げる

②その高さをキープしたまま片足ジャンプ

2 体力・運動能力の実態について、保体科主任を中心として、組織的な分析と検討の実施

(1) 新体力テストの結果の分析・検討

教科部会で結果分析を行い、学年ごとに授業の改善点を検討した。

(2) 授業改善

① 学校研究と連動し、話し合い活動を充実させ、生徒の主体的な活動を促した。

また、泥亀的に互見授業を行い、授業内容の共有を行った。運動意欲向上の観点から、授業展開の良い点や改善点を話し合い、次の授業改善に繋げた。

3 生徒会・学級担任と連携して、運動に親しむ場の設定

(1) 生徒会企画「SHOW TIME」

月に1回、各クラスで外遊びを計画し実施した。

(2) クラスマッチ

学年部と連携し、クラスマッチを実施し、運動に親しむ場を設定した。

4 大在地区の小中連携の強化

・大在ストレッチの配信

授業時に行っている「大在ストレッチ」の動画を作成し、大在地区の各小学校の体育主任に配信を行った。

●工夫したこと (&苦勞した点)

- ① 単元を通して、同じ流れで授業を展開することにより、生徒が見通しを持ち、自主的に活動を行うことができた。その結果、運動に親しむ時間を確保することにつながった。
また、保体科内で、授業内容の共有を行うことができ、良い取り組みを積極的に活用することができた。
- ② 小中の連携を強化し、大在ストレッチを大在地区の各小学校に配信をした。ポイントや行い方の字幕を付け、小学生でも大在ストレッチを行いやすいように編集をした。

Check：取組の成果

- ① 1校1実践の「Zジャンプ」を、年間を通じて行うことができた。
- ② 体力・運動能力の結果を分析し、互見授業などを通じて、授業改善を行うなど、組織的に取り組むことができた。
- ③ 生徒会が中心となって、月に1回に運動に親しむ場を企画し、実施することができた。
- ④ 大在ストレッチの動画を大在地区の各小学校に配信をし、昨年度以上に連携をすることができた。

Action：今後の課題

- ① 学年間、教員間で体力向上に向けた意識の差があるため、歩調をそろえる工夫が必要で明日。
- ② 生徒の実態に応じた取り組みや、授業展開が必要である。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

少しでも外遊びを行う回数を増やせるように、生徒指導部と連携し、冬の寒い季節での昼休み中の防寒着着用を許可した。寒い日でも、防寒着を着用して、外遊びをする生徒が多く見られるなど、体を動かすことが好きな生徒が増えている。



大在地区の各小学校に配信をした、大在ストレッチの動画

球技
(ネット型)
の授業の様子



すこやか教室
の様子

クラスマッチ
の様子

