

積極的に運動に取り組む生徒の育成

～日常的な実践を通して～

テーマ	積極的に運動に取り組む生徒の育成		
全校生徒数	138名(男子74名 女子64名)		
全クラス数	7	教職員数	14名(内体育科1名)
体育推進教員名		佐藤 美沙樹	

杵築市立山香中学校

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

◆体力不足が進んでいる

- ・バスや保護者の送迎で登下校をしている生徒が多く、体力低下が課題である。

◆全身持久力と筋力に課題がある

- ・運動愛好度は男子 83.9%、女子 84.6%
- ・新体力テストの全国平均達成率
男子 17% (24項目中4項目)
女子 29% (24項目中7項目)

2 取組の計画

- ① 保健体育の授業の工夫と充実
- ② 体育的行事への取り組み
- ③ 生徒会活動の充実

Do：実践内容

1 保健体育の授業の工夫と充実

(1) 補強運動の実施

- ・補強運動は「香中トレーニング」として、毎回授業の5～10分の時間を使って実施。活動に合わせて新体力テストにつながる内容を実施した。

(2) ペア・グループ活動の工夫

- ・ペアやグループでの活動を毎時間行う。また性別や運動への得意、不得意にかかわらず毎回ペアやグループを変え、様々な人と活動ができる工夫をした。

(3) ワークシート等を用いて振り返りの場を設定する

- ・毎時間、「めあて」に対する「振り返り」を行っている。

(4) 学期ごとに、体力調査とアンケートの実施

- ・単元の特性を考慮した調査項目を設定。

2 体育的行事への取り組み

(1) 自主的な活動の促進

- ・教員主体ではなく、生徒主体の体育祭。
- ・学年生徒会が企画した競技を取り入れる。

3 生徒会活動の充実

(1) 生徒会と連携した体力向上に向けた活動

- ・朝の会で5分間全校ストレッチの実施。
- ・保健だよりを活用し、体力向上に関する情報の発信。
- ・昼休みにボールを用意し、外で遊ぶことへの声かけ
- ・各学年、年2回クラスマッチの実施。

●工夫したこと (&苦勞した点)

- ① 体育的行事、生徒会活動を生徒主体で行うための企画運営を細やかにし、全教員で協力して行った。
- ② 朝の会で取り組むストレッチは飽きないように2か月に1回程度種目を変えて行った。また種目も生徒が主体となって考えた。
- ③ タブレットで一人一台端末を用いて授業を行い自分の動きを後から動画でみたり、ペアやグループからアドバイスをもらったりと有効的に活用した。しかし、タブレットを使用すると、活動量の確保が難しく生徒の活動時間が減ることに苦勞した。
- ④ 単元の初めにはその種目のルールや歴史を知ったり、動画をみたりすることで生徒がより興味・関心を持って活動に取り組めるように工夫した。
- ⑤ 前回までの授業の流れや振り返りを素早く確認できるように振り返りはプリントで行った。すぐに確認ができるのは良かったが、プリントをなくしたり忘れていたりした生徒がいると授業が止まるので、苦勞した。

Check：取組の成果

- ① 誰でも楽しく取り組める補強運動から主運動につなげることや、固定しないペアやグループでの活動で運動への苦手意識が軽減された。
- ② 生徒会と連携し、生徒主体の委員会活動や行事への活動を行うことができた。
- ③ 生徒通しの学び合い・教え合いの活動を通して生徒が活発的に動き、運動への関心を高めることができた。

Action：今後の課題

- ① 運動が苦手な生徒への指導
運動の「する」だけでなく「見る」「支える」「知る」など様々な関わり方に触れる機会の増加
- ② 新体力テスト(全身持久力・筋力)の記録の向上

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

体育的行事、生徒会活動においてより自治的な活動を促したことで学年間でも生徒同士のコミュニケーションが増加し、人間関係の構築につながった。小規模ではあるが、全員で目標に向かい取り組むことで一体感が生まれ、親和的な集団になりつつある。



〈 リレーの授業の様子 〉



〈 話し合いの様子 〉



〈 長距離走・補強運動の様子 〉



〈 振り返りの様子 〉



〈 体育祭の様子 〉



〈 クラスマッチの様子 〉