

## 自分と他者の思いや違いを認め、集団の中で安心して学ぶことのできる生徒の育成

テーマ	認め合える集団づくり		
全校生徒数	189名(男子104名 女子85名)		
全クラス数	8	教職員数	26名(内体育科1名)
体育推進教員名			岡松 貴之

### 九重町立ここのえ緑陽中学校

#### Plan：取組時の課題と計画

##### 1 取組時の課題

- ◆体育授業では、与えられた課題や運動に積極的に取り組む生徒が多いものの、単元によっては不得意なことや興味関心が薄いことで消極的な生徒も見かけられる。
- ◆全教職員が体力向上に関わる取組や全校生徒を対象とした体力向上の取組が少ないことや、運動に対する二極化が見られること。
- ◆新体力テストの結果より、全体的に長座体前屈が全国平均を大きく下回っており、柔軟性が乏しいことからその対策が必要であること。

##### 2 取組の計画

- ①体育授業の充実
  - ・めあてを明確にした「わかる」「できる」「楽しい」授業の実践
  - ・体力や技能の実態に応じた、場や教材、ゲームの工夫
  - ・補強運動による、柔軟性を中心とした基礎体力の向上
  - ・運動量の確保
- ②運動の日常化に向けた取組の充実
  - ・保体委員会と連携しての休み時間の運動や外遊びの励行
  - ・部活動と連携しての、駅伝や冬期合同トレーニングの実施
  - ・長期休業中に行う、運動やトレーニングの啓発
- ③体力テストの結果から
  - ・結果から、重点的に取り組む項目を絞り、2学期以降に再測定を行う

#### Do：実践内容

##### 1 体育授業の充実

- (1) めあての明確化
  - ・1時間の学習内容や評価の観点を意識できるようめあてを設定した。
- (2) 教材や教具の工夫
  - ・生徒の実態に合わせて簡素化した教具やルール、学習の場を設定することで、体育を苦手と感じる生徒が積極的に学習に取り組むことができるようにした。
- (3) 補強運動
  - ・基礎体力向上に向けて、腕立て・腹筋・バーピーを補強運動に取り入れた。
- (4) 運動量の確保
  - ・授業の流れを視覚化・ルーティーン化して指示の時間を削減した。

#### 2 運動の日常化に向けた取組の充実

- (1) 休み時間の運動の励行
  - ・保体委員会が中心となり、昼休みの運動の呼びかけを行った。
- (2) めざめるタイムの実施
  - ・朝SHRに保体委員会が教室で簡易ストレッチを行った。
- (3) クラスマッチ
  - ・体育の授業で扱った種目を含めた全校でのクラスマッチを実施した。

#### 3 体力テストの結果から

- ・本年度の体力テストから柔軟性の課題解決のため、授業前の準備運動にストレッチを実施した。

#### ●工夫したこと (&苦勞した点) —————

- ・技能差を考慮した学習の場やルールなどを設定することで、どの生徒も意欲的に活動できる工夫をした。また、ダンスの授業ではICT機器を活用したことで視覚的に動きを理解し、技能の習得や動きの修正に活用できるようにした。

#### Check：取組の成果

- ①生徒の実態に合わせた教材や教具の工夫によって、運動が苦手と感じる生徒が積極的に授業に取り組む姿が見られた。
- ②ICTの活用で課題が明確化し、生徒同士のアドバイスが活発化した。

#### Action：今後の課題

- ①運動愛好度は高い水準に達しているものの実行に移すことができていない生徒も多くいるため、家庭との協力を含めた対策を考える必要がある。
- ②学習意欲や学習内容の理解度をさらに向上させるための方策や授業の工夫を考える必要がある。
- ③体力テストの結果を踏まえ、偏りのない体力向上計画を考える必要がある。

#### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

体力向上や健康の保持増進などの健康な体づくりや運動愛好度の向上によるスポーツライフの充実につながると考えられる。

基礎体力向上に向けた補強運動



日々の柔軟体操



ルールを工夫した場の設定 (キャッチバレーボール)



毎週行っているめざめるタイム

