

日常的に自ら意欲的に 運動に取り組む生徒の育成

テーマ	運動の日常化		
全校生徒数	470名(男子225名 女子245名)		
全クラス数	19	教職員数	40名(内体育科4名)
体育推進教員名		中野 晃次	

大分県由布市立挾間中学校

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

- ◆新体力テストの項目では、50m走が全学年男女において全国平均を超えていない。
- ◆総合評価における「C」以上の割合80.5%と県平均と比較すると低い傾向にあり、C・D層の底上げが必要である。
- ◆運動やスポーツへの愛好度については、女子よりも男子が低い傾向にあるとともに、学年が上がるにつれて、好きと回答する生徒の割合が低い。
- ◆女子の運動実施率が低く、特に3年生では、「しない」と回答した割合が20%と高い割合になっている。

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
 - ・補強運動による基礎体力の向上
 - ・運動量を確保した、「汗」をかく授業の実践
- ② 昼休みの活用
 - ・毎週水曜日に体育館において、希望者による「体力向上教室」の実施
 - ・生徒会と連携した、長縄大会の実施
- ③ 家庭との連携
 - ・「体力向上教室」の様子を学校だよりや学級通信において保護者へ広報する

Do：実践内容

1 体育授業の充実

- (1) めあてを生徒に示し、何を学ぶのか明確にした。
- (2) 補強運動を単元や学年の課題に応じた内容にした。
- (3) 学習カードを簡素化し、運動量を確保した。

2 昼休みの活用

- (1) 水曜日に天候に左右されないよう体育館にて家庭でも簡単にできる運動を紹介した。
- (2) 2学期末に全校での長縄大会を実施した。

3 家庭との連携

- (1) 1学期末より体育通信を発行し、家庭へ体力の向上

における本校の取り組みを紹介した。

- (2) 新体力テストの結果や柔軟性の重要性、食についてなど様々なテーマで保護者に発信した。

●工夫したこと（&苦労した点）

- ①体育授業の充実
 - ・補強運動を単元や学年の課題に応じた内容になるよう工夫した。
 - ・タブレットを使った授業研究を行い、ICTによる体育授業の研究に努めた。
- ②体力運動教室
 - ・保健体育科の教員4名で分担し、家庭で簡単にできる運動を紹介し、運動の日常化を図った。
 - ・行事やなどにより日程変更があり毎週実施することが難しかった。
 - ・昼休みに実施することで給食当番の生徒が参加できないなど、参加したくてもできない生徒がいた。
- ③体育通信の発行
 - ・1学期末より体育通信を月に1回発行し、保護者にも体力の重要性について周知した。
 - ・体育通信に食に関する内容も掲載し、様々な角度から体力について保護者へ発信した。

Check：取組の成果

- ① 新体力テストの結果については、昨年度よりも「C」以上の生徒の割合が若干上昇した。
- ② 運動に対しての興味関心が高くなり、運動部に所属していない生徒も昼休みの活動に参加する生徒が見られるようになった。

Action：今後の課題

- ①新体力テストの項目においては、ボール投げ等全学年において課題となる項目があるため、授業において補強運動等で工夫が必要である。
- ②アンケート結果より、運動への愛好度が昨年度よりも低い結果となった。運動好きな生徒を増やすための取り組みが急務である。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

- ・体力向上の取組により、学校全体が活気にあふれ、落ち着いた雰囲気では学校生活が送れている。
- ・運動に対する意識が高くなり、駅伝選手希望者が約100名集まり、駅伝練習によりさらに体力が高まるという好循環がうまれた。

