

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	523名(男子283名 女子240名)		
全クラス数	19	教職員数	41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、20mシャトルランにおいて全国平均を超えていない学年が多い。また、50m走では、男子が全学年において全国平均を下回る結果である。

◆運動への愛好度については、男子よりも女子が低い傾向にある。

◆学年が上がるにつれて、女子の運動実施率が低くなる傾向がある。

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 生徒会と連携した由布市3中学校での長縄大会
 - ・生徒会と連携した、長縄大会の実施
 - ・由布市3中学校での合同長縄大会を実施
- ③ 夏休みを活用した持久力向上の取り組み

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 生徒会と連携した由布市3中学校での長縄大会

- (1) 2学期末に全校での長縄大会を実施した。
- (2) 由布市3中学校での合同長縄大会については感染症の拡大により今年度は中止とした。

3 夏休みを活用した持久力向上の取り組み

- (1) 約60名の生徒が夏休みに参加。
- (2) 走力ごとにグループ分けをおこない、練習メニューを作成して実施した。

●工夫したこと (&苦勞した点)

- ① 昼休みの取組については、行事や感染症の流行により計画通りに実施することが難しかった。来年度に向けて取組内容を協議していく。
- ② 多くの生徒が運動に興味を持ち、自ら運動を行うことのできる環境をつくることを重点に置き、取組を進めた。

Check：取組の成果

- ① 長縄大会を実施後、昼休みに常時60～70名が外で遊ぶようになり、体を動かすことに楽しさを感じる生徒が増えた。
- ② 2学期より体育理論において運動の多様な関り方について学習した影響から各種世界大会等をテレビなどで観戦する生徒が増え、「見る」から「する」楽しさへ変化してきている。

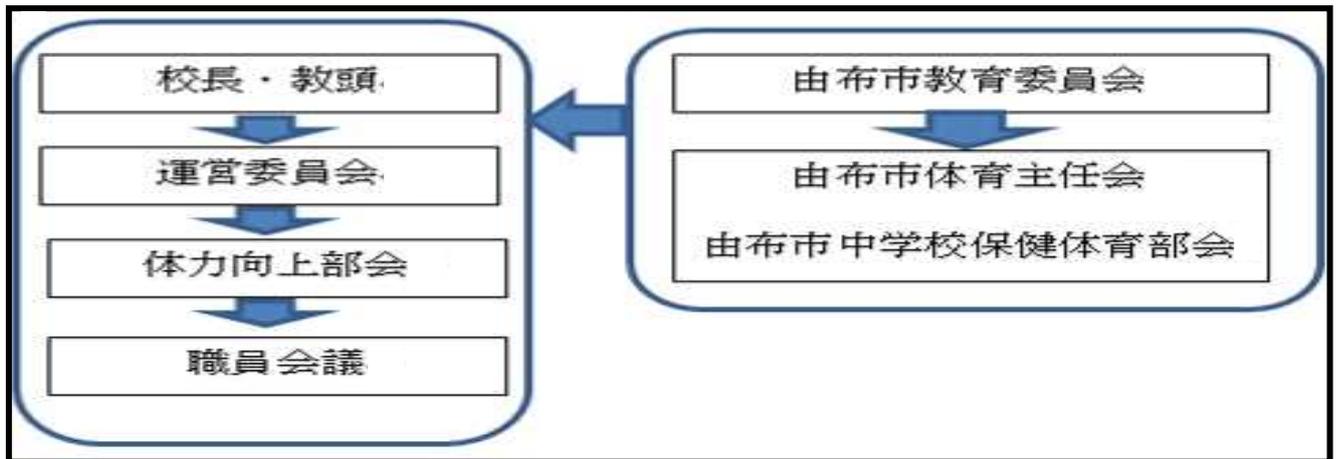
Action：今後の課題

- ① 新体力テストの項目においては、令和元年度の結果と比較すると低下傾向にあり、感染症の影響を受けていると考えられる。今後、体育の授業だけでなく、保健や体育理論において体を動かす大切さ、運動の楽しさを伝えていける授業づくりが必要である。
- ② アンケートの運動への愛好度について、例年に比べ低い結果となった。愛好度の低下とともに「C」以上の割合も低下していることから、運動好きな生徒を増やすことが重要である。今後、長縄大会のような楽しみながら体を動かす機会を確保していきたい。

◎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すchool生活が送れている。
- ・運動に対する意識が高まり、駅伝練習参加希望者が約60名集まった。さらに、駅伝練習により体力が高まるという好循環がうまれた。

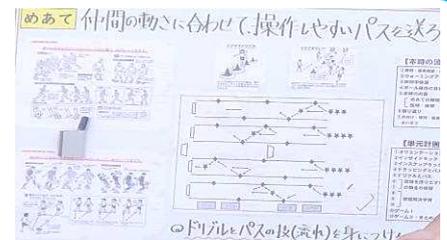
【挟間中学校 体力向上部会】



【実践内容】

◇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



◇生徒会と連携した全校長縄大会

(由布市3中学校統一の取組を目指して)

- ・生徒会の体育委員が中心となり全校長縄大会を実施
- ・2学期末に学級対抗の全員跳び
- ・由布市3中学校合同での長縄大会は感染症により今年度は未実施



◇持久力向上を目指した取り組み

- ・体力向上の一環として秋の駅伝大会に向けた練習を夏休みに希望者を募り実施
- ・令和4年度県駅伝大会において男子11位、女子14位
- ・今年度は約60名の生徒が参加し、夏休みから駅伝大会終了まで早朝より持久力の向上に取り組んだ
- ・各自の走力に応じたグループ分けをおこない、グループに適したメニューで取り組んだ

