

日常的に運動に自主的・意欲的に取り組み、 体力向上を目指す生徒の育成

大分県中津市立豊陽中学校

テーマ	日常的に運動に自主的・意欲的に取り組み、 体力向上を目指す生徒の育成		
全校生徒数	366名(男子187名 女子179名)		
全クラス数	14	教職員数	33名(内体育科3名)
体育推進教員名		小川 尊浩	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

◆体力調査では、男女ともシャトルラン、立ち幅跳びの記録を全国平均値より大きく下回り、D・E層が全体の34%と多い。

◆生活習慣調査では、家庭学習時間1時間以上2時間未満の生徒の割合が全体の40%、睡眠時間7時間以上の生徒の割合が全体の53%で、家庭学習時間と睡眠時間が短い生徒が多い。

2 取組の計画

- ① 運動への愛好度を高め、日常化を図る
活動の興味関心を引く教材を工夫し、意欲を高めるようなめあてや課題を設定する。また、学期に一度の授業アンケートを実施し、経年的に変化がわかるようにデータとしてまとめ、自分の変化に気づかせる。
- ② 教科部会を中心とした定期的な授業の見直し
週に一度、保健体育科で教科部会を開催し、授業進捗の確認や生徒の情報交換を行う。必要に応じて、単元計画を見直し、生徒の反応や出来栄に合わせてより効果的な授業へとつなげる。
- ③ 補強運動の工夫及び充実
競技の特性に合わせた補強運動を毎単元実施する。また、全校で大縄を実施することで基礎体力の向上を図るとともに学級経営へつなげる。
- ④ 保護者と連携した生活・学習習慣の確立
定期テスト期間に自己の生活習慣や学習習慣を見直すため、「ナビゲーションシート」を作成させ、自分の学習時間を記録する。週末に保護者へサインをもらい、学習時間や生活習慣について家庭を中心に見直す期間を設ける。

Do：実践内容

1 運動への愛好度を高め、日常化を図る

単元や時間数に応じた最適な教材な提供
毎学期の授業アンケートの実施

2 教科部会を中心とした定期的な授業の見直し

週に一度の教科部会の実施
定期的な単元指導計画の見直し・進捗状況の確認

3 補強運動の工夫及び充実

仲間づくりを意識した基礎体力の向上

4 保護者と連携した生活・学習習慣の確立

ナビゲーションシートを活用した学習・生活習慣の見直し

●工夫したこと (&苦勞した点) —————

- ① 運営委員会や職員会議で共通理解を深め、職員全体、学校全体で取り組んでいけるよう周知徹底した。
- ② 連絡配信アプリ(すぐる)等を活用し、保護者に協力を仰いだ。

Check：取組の成果

- ① 活動量だけでなく活動内容を深めることができた。
授業のみならず、休日や長期休業に運動に取り組む生徒が増加した。
- ② 教科部会では各教師の授業進捗や実施内容を確認することで、共通理解を図ることができた。また、単元計画の見直しも兼ねることでPDCAサイクルを円滑に循環させることができ、授業改善にもつながった。
- ③ 全身持久力を高めることで、体を動かすための基礎体力を楽しみながら高めることができた。大縄によるクラスマッチを実施し、学級の仲間づくりにもつなげることができた。
- ④ 保護者への協力を呼びかけることで家庭と連携して学習時間の確保、生活習慣の見直しを図ることができた。

Action：今後の課題

- ① 体力テストの結果を基に補強運動の内容を自分たちで決定し、取り組めればよりよい結果につながると感じた。
- ② 各専門部等を活用し生徒が主体となり、体力向上への意識をさらに高めることができるとよかった。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

基礎体力の向上を目的とすることで運動の得意な生徒と苦手な生徒、どちらにも効果的に行うことができた。また、大縄クラスマッチをはじめ、体力向上を軸として学校運営や学級運営につなげることができ、仲間づくりにもつながった。

【1 運動への愛好度を高め、日常化を図る】

授業の内容は分かりやすい。

学年	12月	12月	12月	12月	12月	12月	12月	12月	12月	12月	12月
1年	95	91	82	86	91	82	81	82	91	81	85
2年	94	82	88	82	88	59	76	76	71	91	94
3年	100	88	94	82	88	76	76	76	82	88	88
4年	96	96	96	100	100	70	96	96	91	96	100
1年	100	90	90	86	91	86	90	95	90	100	100
2年	89	84	92	80	88	86	84	84	84	89	89
3年	91	77	84	68	73	55	64	82	91	91	91
4年	100	100	74	94	73	88	94	100	100	100	100
1年	96	89	100	96	93	93	99	100	100	100	100
2年	100	88	92	96	96	88	92	96	100	96	96
3年	89	92	92	88	88	88	81	92	92	92	92
4年	96	85	96	96	96	93	89	96	96	96	96

先生の説明は分かりやすいです。

学年	12月	12月	12月	12月	12月	12月	12月	12月	12月	12月	12月
1年	91	100	82	91	100	84	81	91	91	91	95
2年	94	94	94	100	94	96	76	100	94	100	100
3年	94	100	100	100	100	82	88	88	94	88	88
4年	100	100	100	91	100	70	91	91	96	100	100
1年	100	100	99	86	97	86	86	100	95	100	100
2年	84	88	88	84	88	56	76	80	80	84	84
3年	91	95	84	91	85	88	55	91	91	91	95
4年	100	100	94	100	99	94	94	100	100	100	100
1年	100	96	100	100	81	89	99	100	100	100	100
2年	100	93	92	100	100	100	100	100	100	100	96
3年	100	100	100	96	100	100	88	96	96	96	96
4年	96	100	100	100	100	93	89	96	96	96	100

学期に一度の授業アンケート

今日のあて
定例で定めたポイントを確認し入室
評価の観点
今日の目標
今日の個人的なあて・目標
課題・学習内容
見直し
参考資料
振り返り

振り返りシートに授業の流れなどを掲示
教材も一緒に添付

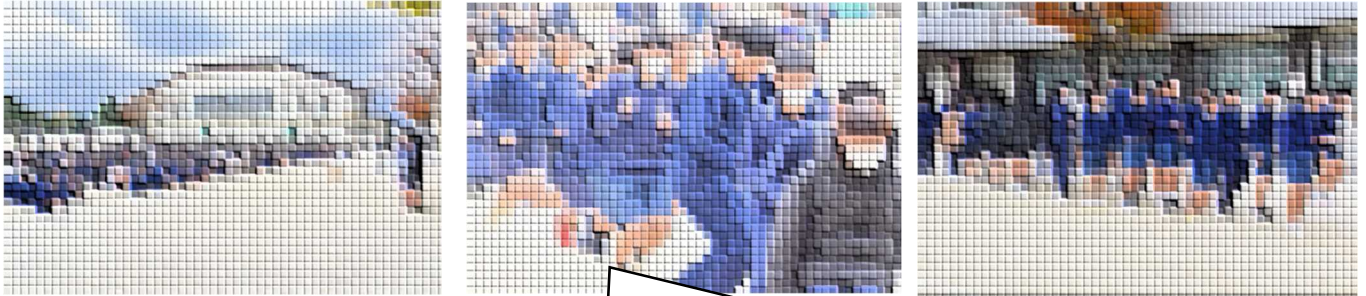
【2 教科部会を中心とした定期的な授業の見直し】

単元計画表

教科部会で情報共有と単元計画の見直し

教科部会で情報共有と単元計画の見直し

【3 補強運動の工夫及び充実】



大縄クラスマッチの様子 (12月実施)

【4 保護者と連携した生活・学習習慣の確立】

連絡配信アプリを活用による連絡

目標達成シート
(11月20日から2週間テスト勉強期間です)

ナビゲーションシートの活用

連絡配信アプリを活用による連絡

ナビゲーションシートの活用