

# 運動の楽しさを知り、進んで運動に取り組む生徒の育成

テーマ	運動の楽しさを知り、進んで運動に取り組む生徒の育成		
全校生徒数	198名(男子106名 女子92名)		
全クラス数	9	教職員数	20名(内体育科2名)
体育推進教員名		金子 明広	

## 大分県佐伯市立昭和中学校

### Plan：取組時の課題と計画

#### 1 取組時の課題

◆上体起こし、長座体前屈、20m シャトルラン、立幅跳びにおいて全学年課題が見られる。

◆総合評価 (A19%、B27%、C32%、D19%、E1%) B、C、D層の割合が多い。

◆運動の愛好度は80%の生徒が好き、やや好きと回答している。

#### 2 取組の計画

- ① つけたい力を明確にした「わかる」「できる」「楽しい」授業の実践。
- ② 授業導入時に領域・特性に応じた体力向上の取り組み。
- ③ 全職員の役割分担のもと、運動への愛好度向上のための行事を学期に一回以上行う。
- ④ 各部活動または授業で課題のある体力項目の補強運動を週一回以上取り組む。

### Do：実践内容

#### 1 つけたい力を明確にした「わかる」「できる」「楽しい」授業の実践。

- ・各種研究授業の参加や互見授業を行い、愛好度の向上を目指した、授業改善の実施。

#### 2 授業導入時に領域・特性に応じた体力向上の取り組み。

- ・領域ごとの特性を活かしたペアやグループで行う体力向上の取り組み。

#### 3 全職員の協力のもと、運動への愛好度向上のための行事を学期に一回以上取り組む。

- ・1学期(体育大会、長縄集会、クラスマッチ)
- ・2学期(長縄集会)
- ・3学期(尺間ウォーク、長縄集会、クラスマッチ)

#### 4 各部活動または授業で課題のある体力項目の補強運動を週1回以上取り組む。

- ・夏季・・・柔軟性を高める運動
- ・冬季・・・合同部活動(陸上部に他の部活生が参加し、走的な種目のトレーニングの実施。柔道部に他の部活生が参加し柔軟性を高める運動の実施)

### ●工夫したこと(&苦勞した点)

- ①部活動ごとに体力テストの平均を出し、顧問と課題のある項目の共有。
  - ・部活動ごとに課題のある項目と、取り組み内容を共有することで組織的な体力の向上を実施。
- ②全教職員の協力の下、体力向上に関する行事を学期に一回以上実施。
  - ・主に愛好度を高める取組(長縄集会、クラスマッチ等)を行い、学校全体で運動に向かう素地の醸成。
- ③保護者が運動する機会を設け、運動の楽しさや重要性を家庭でも理解することができる場の設定。
  - ・PTA ミニバレーボール大会や地区球技大会(ミニバレー、スマイルボール)を行い、運動の楽しさや大切さを家庭と共有することができた。

### Check：取組の成果

- ① 運動の愛好度の向上
  - ・運動が好き、やや好きと答える生徒の割合  
2018年度：80% → 2019年度：98%
- ② 体力の向上
  - ・大分県、全国の平均を超える体力テストの項目  
・2018年度：41% → 2019年度：70%
- ③ 総合評価の変化
  - ・A層33%、B層31%、C層19%、D層14%、E層1%

### Action：今後の課題

- ① 全学年を通して、柔軟性が課題である。
- ② 昼休み等に体を動かす生徒とそうでない生徒の二極化。
- ③ 持続可能な一校一実践の実施。

### ◎体力向上の取組がもたらす波及効果

- ・全校生徒が自らの目標を持ち、粘り強く物事に取り組む態度の醸成。
- ・明るく、活気のある学校の雰囲気。

体力テスト全国、県平均と本校平均の比較

	項目	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ
1年男子	本校	27.29	27.42	37.53	56.08	74.18	8.51	185.88	19.12
	大分県	24.15	24.86	42.18	51.34	71.7	8.53	182.33	18.98
	全国	24.07	24.64	39.7	49.96	72.11	8.42	181.24	18.29
1年女子	本校	22.8	23.39	44.76	50.65	58.64	8.59	180.15	12.18
	大分県	22.49	21.86	45.97	47.53	54.19	8.96	169.52	12.71
	全国	21.71	21.29	42.87	45.95	53.12	8.93	166.19	12.16
2年男子	本校	29.93	26.88	39.04	55.22	68.93	7.91	204.08	18.86
	大分県	29.55	27.77	45	53.81	84.87	7.94	199.29	21.87
	全国	28.65	26.96	43.5	51.91	83.53	8.02	195.03	20.4
2年女子	本校	25.17	24.63	43.71	53.41	60	8.73	175.69	13.9
	大分県	24.35	24	48.03	49.14	58.5	8.376	173.35	14.04
	全国	24.22	23.96	46.25	47.73	58.31	8.81	172.06	13.35
3年男子	本校	38.46	29.68	46.97	58.51	88.72	7.69	214.95	24.75
	大分県	34.76	30.41	48.05	57.09	95.71	7.53	213.38	24.29
	全国	34.9	30.44	47.73	55.92	96.64	7.44	212.56	23.82
3年女子	本校	28	24.05	44.84	52.05	53.75	8.47	179.74	14.13
	大分県	25.76	24.65	48.53	49.85	61.15	8.69	175.52	14.67
	全国	25.59	25.03	48.15	48.56	61.19	8.58	173.83	14.43

令和元年度 体育大会



長縄集会

