

運動への関心・意欲を高め、日常的に 運動に親しむ生徒の育成 ～運動への愛好度を高める～

大分県国東市立国東中学校

テーマ	運動への愛好度を高める		
全校生徒数	188名(男子81名 女子97名)		
全クラス数	8	教職員数	20名(内体育科1名)
体育推進教員名		西村 光博	

Plan：取組時の課題と計画

1 取組時の課題

- ◆運動を積極的にする生徒とそうでない生徒との二極化傾向がある。運動部に所属していない生徒や、その保護者に対する個別の指導が必要である。
- ◆体力向上につながる生徒会活動や学校行事の質と量がコロナウイルス感染防止のため不足していた。
- ◆20mシャトルランに課題がある。余力があるのに途中でやめたり、友だちがやめたら自分もやめたりする等、力を出し切ることが苦手な生徒がいる。

2 取組の計画

- ① 課題を解決していくための工夫
- ② 1校1実践として保健体育の授業前に補強運動を5分間行う。
- ③ どの部活動も基礎体力づくりトレーニングを行う。
- ④ 生徒会（専門委員会）との連携

Do：実践内容

1 課題を解決していくための工夫

- (1) 助け合い活動や話し合い活動の場を設定し、愛好度を高める。
- (2) 校内全職員で統一した授業後の振り返りシートの実施

2 1校1実践として保健体育の授業前に補強運動を5分間行う。

- (1) 体育で5分間は仲間と交流しながら体づくり運動をする。
- (2) 単元ごとに補強運動のメニューを変え、生徒に意欲的に取り組ませる。
- (3) 体育で5分間は仲間と交流しながら単元ごとに補強運動のメニューを変え、生徒に意欲的に取り組ませる。

3 どの部活動も基礎体力づくりトレーニングを行う。

- (1) 部活動内で種目に応じた体力向上トレーニングを行う。(部活中に15分程度)
- (2) 前期・後期2回の体力測定を実施し、個別の体力を分析し結果に応じた補強運動を部活動で取り組む。

4 生徒会（専門委員会）との連携

- (1) コロナ禍での体育大会実施に向け、生徒会と連携して、実施種目、実施方法等検討した。生徒会が主体的に行動できるように仕組んだ。

●工夫したこと（&苦勞した点）

- ① 体育的行事では体育科教員だけでなく、全職員で役割を分担し取り組めるよう職員会議の場で提案した。
- ② 委員会の呼びかけもあり、休み時間に外で運動する生徒が多くなった。体育で実施した単元の用具を使えるよう準備するなど、運動環境の整備も行った。
- ③ 新型コロナウイルス感染症への感染防止のため、密にならないよう配慮したが、体力全体の低下が見られた。行事や部活など、保護者・地域の協力と同意がなければ取り組めない。

Check：取組の成果

- ① 運動好きという生徒の割合が67%（昨年66%、一昨年62%）と伸びた。毎時間ペア・グループ学習を取り入れ、教え合い助け合いの場面を設定し、生徒主導で活動することができた。
- ② 体力・運動能力調査において、48項目中29項目（60.4%）が一昨年度の平均を超えた。（昨年度26項目54.1%）今後もコロナ対策を行いながら学校での体力向上に努めていく。
- ③ 振り返りシートを利用し、その授業で分かったことや疑問に思ったこと発展させ活用させる等、毎時間すべての授業において全教職員で取り組んだ。
- ④ このような状況下だからこそ、運動することの重要性を実感し、ストレス発散での対処、外遊びの増加や周りの友達との関わりが増えた。

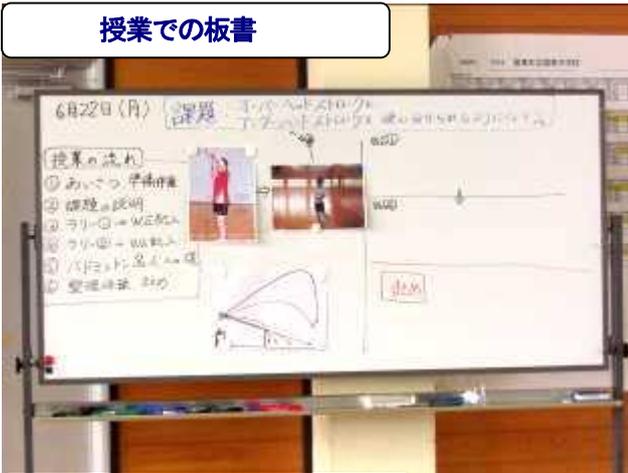
Action：今後の課題

- ① 授業の充実のためにも、市内での情報の共有や交流できる場づくりと、小学校との連携を高め体育授業の体系化を図る。
- ② 体育科だけでなく全教職員が生徒の体力や健康について関心を持ち、全員が共通理解を持って取り組む工夫が必要。
- ③ 2回目の体力測定ができていないため、具体的な効果がわからないままである。3学期中に測定を行い、次年度への改善につなげていきたい。

◎体力向上の取組がもたらす波及効果

- ① 生徒の自主的な企画と運営を仕組むことで、生徒会の充実
- ② 昼休みの外遊びによって体を動かすことを楽しむ生徒の増加

授業での板書



体育の授業での話し合い活動



密を避けて行った柔道の授業



体育の授業での補強運動



マリンスポーツ体験



密を避けて取り組んだ体育大会



陸上大会にむけた練習



体育の授業での振り返り活動

