

取組時の課題と目的

1 取組時の課題

平成26年度の新体力テストの結果は8種目中6種目が全国・県平均を下回り、特に男子の持久走が20秒以上下回っていた。また校内アンケート結果では、運動を苦手とする生徒が約半数を占めていた。そのため、生徒の技能習得の段階に応じた指導の一層の充実及び校区内小学校の体育の指導支援を望む教諭の指導力の向上が課題となっている。

2 取組の目的

生徒の体力・意欲の向上に向け、保健体育の授業を充実させ、生徒に「できる」「分かった」の喜びを味わわせるとともに、体育的行事等を通して健康の保持増進のための実践力や運動に親しむ態度を育てる。また、小中連携による、小学校体育の授業等のサポートを推進することで、児童生徒の運動に対する体力・意欲の向上や小学校教諭の指導力の向上に向けた取組を実施する。

取組の内容

1 生徒の体力・意欲向上に向けた保健体育の授業改善

(1) 一人ひとりの十分な運動量の確保

- ・領域によって3名の体育教師によるTTを実施する。
- ・持久力向上のために、年間を通して授業開始時に目的意識をもった5分間走を実施する。
- ・自分の動きを確認するためのICT活用や運動のポイントを分かりやすく示した掲示物を活用し、説明時間の短縮を図り一人ひとりの運動量を確保する。
- ・運動能力に応じたグループ編成を行ったり、技能向上や多様な運動経験を身に付けさせるための場の工夫を行ったりする。

(2) 運動への意欲向上

- ・スモールステップを意識した授業展開を行う。
- ・ワークシートを活用し、目標値の明確な設定を行う。技の系統やポイントを提示する。授業内での振り返りと次時への課題を記入をさせる。

2 体育的行事等を通して健康の保持増進のための実践力や運動に親しむ態度の育成

(1) 生徒が主体的に取り組む体育的行事等の工夫・環境整備

- ・生徒会を中心とした体育祭運営を行う。
- ・体育祭での表現運動YOSAKOIソーランを補強運動として、放課後の部活動でも練習を行う。
- ・市駅伝大会に向けて、希望者だけでなく部活単位で練習に参加させ学校全体の取り組みを目指す。
- ・新体力テストでの種目ごとの全国平均と本校の記録との差や学年平均との差、全国の部活動単位での平均記録などを掲示し、啓発する。
- ・全校生徒を対象に体育委員が中心に運動用具を貸し出し、昼休みに体育館や校庭の開放を行う。

(2) 望ましい生活リズムを身に付けるための他教科・養護教諭等とのチーム支援

- ・家庭科食生活分野において料理レポートの作成など食の指導や学級活動では、学校栄養教諭による食に関する指導をチームティーチングで実施する。
- ・保健委員による生徒集会での健康に関する発表を行う。
- ・スポーツ栄養に関する専門家を招いて、講演会を実施する。
- ・食に関する指導の専門家を招いて講演会を実施する。

3 地域の指導者の活用と体育指導コーディネーターを核とした小学校との連携強化

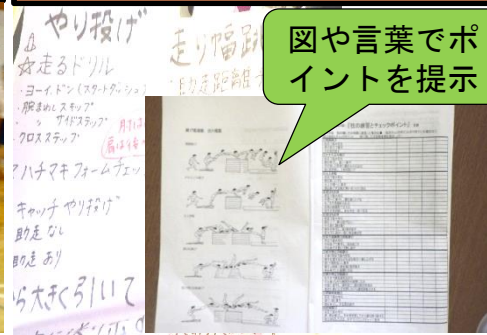
- ・学校だよりや保健だよりに情報を提供し、体力向上に関する取り組み内容を発信する。
- ・地域の指導者をゲストティーチャーに招いて保健体育の授業を実施する。
- ・学区内の小学校での体育授業におけるチームティーチングでの授業支援や水泳記録会、陸上記録会に向けての練習への支援を行う。
- ・体育指導コーディネーターを核として、小中連携を図り小学校の体育指導を担う教員の資質・指導力向上及び児童生徒の意欲・体力の向上を図る。

1学期の取り組み

保健体育の授業における
持久力向上（5分間走）

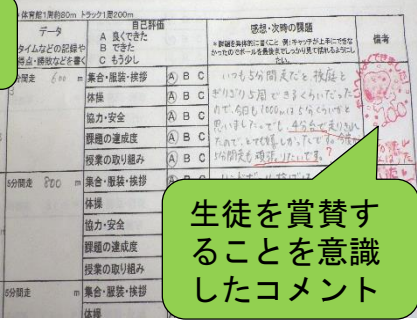


ワークシート・説明用掲示物等
の工夫



図や言葉でポイント
を提示

振り返りと次時への課題設定
の重点化



生徒を賞賛する
ことを意識
したコメント

意欲付けのために
市総体の結果等を掲示



栄養教諭とのTTによる
食生活指導



スポーツ栄養の講演会

講師 神奈川県立保健福祉大学教授
鈴木志保子先生

今回の講演で分かったことは、もし部活でのトレーニングをどれだけ頑張っても、食事や生活、睡眠をバランスよく摂っているかによって身につくかどうかという事です。私は睡眠時間が少なく、好き嫌いもあったりして見直すところがたくさんありました。眠りの構造と機能、どんな仕組みで記憶されているのかも分かりました。だから

生徒の感想より

全校に呼びかけての駅伝練習

新体力テスト結果の活用

1学期に行った新体力テストの結果を学年ごとに提示し、持久走の目標タイムを設定

1年男子		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	50m走	立ち幅とび
人数	35	35					
平均	23.77	26.40	39.29	49.86	8.60	175.7	
全国平均	24.64	25.11	39.66	49.58	8.40	183.1	
全国平均との差	▲ 0.87	1.29	▲ 0.37	0.28	0.20	▲ 7.36	

2年男子		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	50m走	立ち幅とび
人数	53	53	53	53	53	53	53
平均	29.55	29.58	50.28	50.91	7.97	203.38	
全国平均	29.93	28.67	43.41	53.33	7.85	200.13	
全国平均との差	▲ 0.38	0.91	6.87	▲ 2.42	0.12	3.25	

3年男子		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび
人数	44	44	44	44	44
平均	35.89	31.11	46.34	50.30	
全国平均	35.70	30.78	47.90	55.64	
全国平均との差	▲ 0.19	0.33	▲ 1.56	▲ 5.34	

部活動単位でも参加し活気ある練習

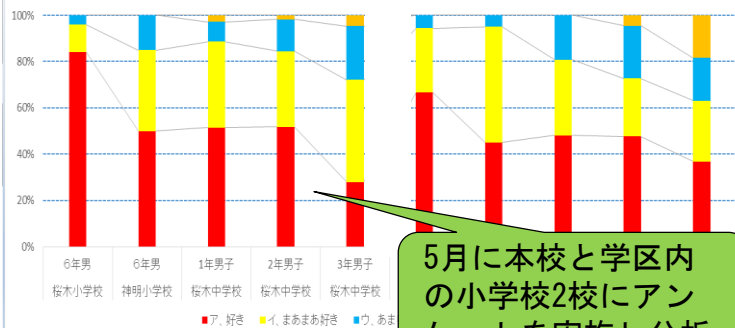


小中連携を踏まえた体力向上への取組

小学生・中学生の運動に関わる実態把握

体育指導コーディネーターによる
校区内小学校の授業等の指導支援

運動することや、体を動かすことは好きですか。



5月に本校と学区内の小学校2校にアンケートを実施し分析



- ・系統だった指導や技能に合わせた段階的な指導方法を学ぶことができた。
- ・ほとんどの子どもたちに上達が見られ単元が終わるときには好きになっている。(TTを行った小学校の教諭の感想)