

研究テーマ

**心豊かでたくましい生徒の育成**  
～運動への意欲を向上させる学校体育の充実及び  
実践する力を身に付ける家庭との連携を目指して～

**南九州市立川辺中学校**

〒897-0221

南九州市川辺町田部田3880番地

TEL 0993-56-1240

FAX 0993-56-0162

## 1 実施内容（計画、活動、対象、主な内容等）

- (1) 教科体育を通じた体力づくりの取組
  - ア 児童生徒の体力・運動能力調査結果分析による実態把握
  - イ 学校における体力づくりを意識した年間指導計画の作成
  - ウ 体育授業での体力づくりの取組
    - (ア) 一校一運動（授業前のトレーニングメニュー）の充実
    - (イ) 基礎的な技能の定着への工夫
    - (ウ) 運動量を確保する工夫（授業の流れの設定や運動する場の工夫）
    - (エ) ICT機器の活用
- (2) 学校行事を通じた取組
  - ア 第31回体育大会
  - イ ロードレース大会
- (3) 家庭・地域と連携した体力づくりの取組
  - ア パートナーストレッチの取組
  - イ 家庭で取り組む「体力向上実践カード」の作成・活用

## 2 実施上で工夫したこと

- (1) 教科体育において、年間指導計画を更に見直し、1単位時間では、活動の場を工夫し、視聴覚機器の活用の工夫をしながら、運動量の確保をする。
- (2) 一校一運動（授業前トレーニング）の実践を踏まえ、一つ一つの動きのポイントを考えさせ取り組ませる。
- (3) 多くの生徒が運動に関われるよう学校行事や部活動の充実を図る。
- (4) 運動の日常化につながるよう家庭・地域と連携した取組を図る。
- (5) 運動への意欲の土台となる生活習慣の確立に向けた指導を工夫をする。

## 3 主な成果

- (1) 運動量の確保  
1単位時間の流れの確立を行うことで、生徒が活動内容を理解し、指示を待たなくても活動するようになった。
- (2) 一校一運動の取組  
体力・運動能力調査の分析を通して、体力の実態把握ができ、授業前トレーニングを実践することができた。
- (3) 見学者の減少  
楽しく体育学習に取り組んでいる様子がうかがえ、学校行事への参加意識、授業への参加意識が大きく向上した。

平成24年度1年次見学者数	6月	30人	7月	48人	9月	27人	現2年生129名
平成25年度2年次見学者数	6月	5人	7月	7人	9月	3人	3時間×4週×4クラス

- (4) 家庭との連携  
家庭で会話をしながら楽しく行うパートナーストレッチを推奨し、実践できた。取り組んだ家庭も予想以上にあり、集まった感想からも必要性を強く感じることができた。

