

【別紙様式2】

自ら運動への意欲・実践力を
高めることができる生徒の育成
～運動が苦手な生徒に対する取組を通して～

曾於市立末吉中学校

全校児童(生徒)数	444名(男子232名 女子212名)		
全クラス数	15	教職員数	37
運動部活動数	12	運動部活動参加率	76%

取組時の課題と目的

1 取組時の課題

- (1) 運動能力は全国平均以上の種目が男女共に2種目である。また、女子生徒の体力が低い傾向にある。

種目	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復機敏性 (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立幅跳び (m)	ボール投げ (m)	体力合計点 (m)	
男子	全国	28.64	26.85	43.43	51.87	86.13	802	195.02	2035	4156
	本校	28.16	25.62	42.12	49.95	86.47	817	193.97	2153	4090
女子	全国	23.74	23.58	46.29	47.25	57.98	881	169.71	1287	5003
	本校	22.81	21.74	42.04	44.70	59.14	909	163.92	1411	4762

- (2) 「運動が嫌い(苦手)」という生徒の割合が新体力テスト全国上位校と比べ高い。特に、女子生徒にその傾向が強く、「嫌い」の割合が上位校 5.3%に対して、本校 12.8%、「運動が楽しくない」の割合が上位校 2.8%に対して本校 10.5%である。

(※上位校：体力合計点の高かった全国上位10%の学校)

2 取組の目的

- (1) 新体力テストの分析により、劣っている種目の補強運動を、毎時間の授業の中で実施し、生徒の体力向上を図る。
- (2) 学習方法、学習形態、教材・教具や発表方法の工夫を図ることで、自己の考えや意見を発信する機会を増やし、運動好きな生徒を育成する。
- (3) 女子生徒、運動が苦手な生徒及び運動部活動に所属していない生徒に対して、運動に親しむ機会を提供し、運動に対する意識と体力向上を図る。

取組の内容

1 教科体育の充実

- (1) 学習形態を工夫し、生徒同士が教え合う協働学習を行った。お互いが教え合う活動を実践した。また、思考を深める振り返りの場面で、「指名無し発表」に取り組み、発表することの達成感をもつことで、次の活動に対する意欲が高まった。
- (2) 教材・教具を工夫することで、運動が苦手な生徒でも多様な楽しみ方を共有することができた。
- (3) 体力向上の取組として「末中サーキット(20秒トレーニング×5種目)」に取り組んだ。継続して意欲的に行うため、『楽しい』という要素を運動の中に取り入れ、動きながら、楽しみながら体力づくりを実施した。

2 教科外体育や運動機会の充実

- (1) 「体力アップ!チャレンジかごしま」の「エイトマン」を生徒会中心に実施した。また、昼休みに「末中マッチ」と題し、自主的な運動の場を設定した。

ルールを工夫し、継続して計画的に取り組んだ。

- (2) 生徒主体で体育的行事を運営したり、練習を行ったりする機会を意図的・計画的に設定した。作戦を考え、練習するなど運動に触れる機会が増えた。
- (3) 12月に「朝のランニング」を課外前に自主的活動として行った。参加表を作成し積極的に体を動かすことを呼びかけ、多くの生徒が参加した。

3 家庭や地域との連携

- (1) 体育科通信を発行し、生徒が取り組んでいる授業内容や様子を地域・保護者へ伝えた。タイムリーな話題など運動に対して興味関心をもつような内容も掲載していた。また、臨時休校中にトレーニング動画を配信した。
- (2) 近隣小学校と連携を図り、体力向上の課題把握し、9年間を見通した取組を行った。

●工夫したこと

- ① 体育的行事に生徒主体で取り組み、生徒が見通しをもって参加できた。また、教職員もお互いに連携し生徒を支援する体制を作ることができた。生徒だけでなく、教職員が積極的に生徒と関わろうとする姿が多くなり、生徒の意欲・実践力を高めることができた。

取組の成果

- ① 新体力テストの数値の向上が見られた。2年男子は7種目、2年女子は5種目、3年男子は6種目、3年女子は3種目が前回より向上した。

	2年男子		2年女子		3年男子		3年女子	
	1年次	2年次	1年次	2年次	2年次	3年次	2年次	3年次
握力 (kg)	22.1	24.7	21.1	23.2	28.1	29.9	22.9	24
上体起こし (回)	23.2	24.8	18.9	19.7	25.5	28.2	21.7	21.6
長座体前屈 (cm)	31.5	40.6	36.7	48.6	42.7	41.9	42.4	41.2
反復機敏性 (点)	46.9	45.4	39.6	41.1	49.7	48.6	44.7	43.7
20mシャトルラン (回)	61.1	72.1	39.5	45.7	86.1	88	58.7	53.8
50m走 (秒)	8.72	8.37	8.99	9.09	8.13	7.87	9.06	8.96
立幅跳び (cm)	177	186	163	162	195	204	165	171
ボール投げ (m)	19.3	19.4	11.7	11.2	22.1	22.5	14	13.4

- ② 学習形態・教材・教具の工夫を行ったことにより、運動嫌いの生徒が10.5%から4.0%に減り、運動好きと答えた生徒が77.6%から86.5%へ増えた。

今後の課題

- ① 自ら運動への意欲・実践力を高めるために言語活動の充実を図りながら、協働学習で活動を進め、互いの技能を練り合い、高め合わせる必要がある。
- ② どの運動のどんなところが苦手なのか等を分析し、授業改善に生かしていく。今後も充実したグループ活動の工夫や場の設定、効果的な学習形態の工夫・広がり等の研究を進めていくようにする。

1 教科体育

(1) 学習形態の工夫



【ジグソー法を用いた学習】



【トリオ学習】



【グループ学習】



【指名なし発表】

(2) 教材・教具の工夫



【トレーニングボード】



【フレキハードル】



【ゴムバー】



【ティーボール】

(3) 体力向上を目指した取組



【ムーブプランク】



【バーピージャンプ】



【プライオメトリックジャンプ】



【PNFストレッチ】

2 教科外体育に関する取組

(1) 生徒会の取組



【エイトマン】



【末中マッチ】

(2) 体育的行事を通じた体力向上への取組



【朝のランニング】



【学級対抗リレー】

3 家庭・地域との連携

(1) 家庭における運動への取組



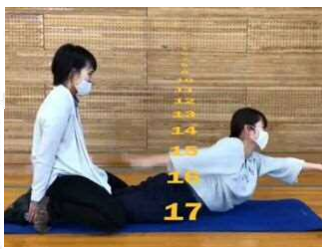
【体育通信】



【長期休業課題】



【動画配信】



【小中連携】