

【別紙様式2】【体力向上推進校実施報告書】

研究テーマ

自ら運動に取り組み、体力・気力を備えたたくましい生徒の育成
 キャッチフレーズ

『山坂の達者は心懸くべきこと』

～ 体も心もいきいき田崎中 ～

鹿屋市立田崎中学校

〒893-0032

鹿屋市川西町 4890 番地

TEL 0994-42-2391

FAX 0994-40-1340

1 実施内容

(1) 保健体育授業の工夫・改善

技能の習得や体力づくりの学習を重視することから、保健体育授業での基本的な一単位時間の学習過程を作成し実践した。

(2) 生徒会活動の取組

一校一運動では、持久走大会での全員の完走や持久力向上を目指し、早朝ランニングを行った。生徒会体育班が中心となり、朝7時30分から8時まで自主的なランニングに取り組み、カードに記録した。

(3) 保健体育研究授業の実践

実施期日	単元名	学年・組	実施期日	単元名	学年・組
H25.11.22	球技:バスケットボール	3-3	H26. 7.15	水泳:背泳ぎ	1-3
H26. 2.20	球技:バスケットボール	2-1	H26.11. 6	器械運動:マット運動	1-2
H26. 2.20	武道:柔道	1-2	H26.11.11	器械運動:マット運動	1-1
H26. 7. 7	水泳:平泳ぎ	1-3	H26.11.11	武道:柔道	3-1

(4) 地域人材を活用した授業実践

実施期間	単元名	学年学級	所属名
H25.10.9~11.14	器械運動:鉄棒	1年全学級	鹿屋体育大学
H26. 1. 9~1. 30	球技:サッカー, 体づくり運動	1年全学級	NPO 法人健康フォーラム
H26. 11.4~11. 20	器械運動:マット運動	1年全学級	鹿屋体育大学

模範演技を見て生徒たちは感動したり、運動のポイントを理解したりすることができた。授業が楽しいと答える生徒が増え、技能の向上が顕著であり、効果が大きかった。

(5) 鹿屋市小中学校実技研修会

鹿屋市内の全小中学校に案内し、「鹿屋市小中学校実技研修会」を行った。最初に鹿屋市教育委員会指導主事から「体育授業づくり」についての講話があり、その後4つの泳法と補助の仕方について実技研修を行った。

(6) PTA との連携

気力・体力の向上のために、「原則送迎はしないこと、必要な場合は決められた範囲より遠方で生徒を降ろし、そこからは歩かせること」等をPTA と連携して取り組んだ。

2 実施上で工夫したこと

(1) 授業評価を生かした指導方法の工夫・改善

教師用として「体育授業観察者チェックリスト」、生徒用として「体育学習についてのアンケート」を作成し活用している。体育授業観察者チェックリストについては、授業研究の時に授業の成果と課題等について検討する際の参考としている。体育学習についてのアンケートは、研究授業を行う単元において毎時間、授業終了後に生徒が記入し、生徒の側から見た授業の「意欲・関心」、「運動技能」、「思考・判断、態度」の観点について確認を行い次時の

授業に生かしている。

(2) 指導と評価を一体化した授業

学習の流れ・評価規準・評価方法をまとめた単元構造表を指導計画として活用した。

3 主な成果

(1) 生徒の姿の変容

ア 研究授業を実践することにより授業の成果と課題が明確になり、日々の授業実践に生かされるようになってきた。

イ 地域スポーツ人材を積極的に活用したことにより、生徒の技能の向上が見られ運動が楽しいと感じる生徒が増えた。

ウ 体力づくりの研究内容を職員研修に位置付けたことにより、全職員による研究体制が確立されてきた。

(2) 運動習慣、体力テスト等数値的な変容

ア 運動習慣調査と体力テストを2回実施することで、生徒の体力向上に対する意識が高まってきた。

イ 1年生男子の10月は、体力テスト全ての種目で全国平均を上回るなど、体力の向上が顕著であった。

4 実践の様子



○早朝ランニング（一校一運動）に取り組んでいます。

本年度の本校生徒の体力テスト結果								
	握力	上起	長座	反復	20シ	50m	立幅	ハ投
2012全国1年女子	22.1	20.5	42.2	44.5	51.9	9.1	164.3	11.9
2012鹿児島県1年女子	21.7	19.5	44.1	39.1	48.6	9.2	161.2	12.2
2014本校1年女子4月	19.8	18.5	47.4	37.8	45.2	9.2	157.3	13.8
2014本校1年女子10月	20.7	19	42.6	44	51	8.9	166.4	14.6
	握力	上起	長座	反復	20シ	50m	立幅	ハ投
2012全国2年女子	24.4	23.5	44.6	46.8	61.2	8.7	171.7	13.6
2012鹿児島県2年女子	24.1	22.2	46.1	41.3	58.1	9.0	166.8	13.2
2014本校2年女子4月	21.9	20.6	42.1	44.1	50.2	9.1	164.4	12.4
2014本校2年女子10月	23.5	20.4	42.5	44.9	53.3	8.9	164.6	11.6
	握力	上起	長座	反復	20シ	50m	立幅	ハ投
2012全国1年男子	24.7	24.5	39.2	49.4	72	8.5	182	18.6
2012鹿児島県1年男子	23.7	24.8	40.5	42.4	65.4	8.7	175.7	21.7
2014本校1年男子4月	22.7	22.5	37.5	45.8	63	8.7	173.9	20.5
2014本校1年男子10月	25.6	24.6	45.1	49.5	73	8.2	183.4	21.3
	握力	上起	長座	反復	20シ	50m	立幅	ハ投
2012全国2年	30.6	27.8	43.9	52.7	87.7	7.9	199.3	21.5
2012鹿児島県2年	29.3	28.5	45.1	46.9	84.8	8.2	193.6	23.6
2014本校2年男子4月	28.3	24.5	36.1	47.4	78.6	8.5	186.2	21.3
2014本校2年男子10月	31.5	26.2	38.0	51.5	82.9	8.1	195.1	21.2



○ICTを活用して授業を展開します。



○研究授業を積極的に行ったり、体育授業観察者チェックリストを活用したりして、指導法の改善に努めました。

地域スポーツ人材の活用

器械運動（マット運動）について、模範演技を交え、専門的な視点からの指導を行ってもらいました。



三点倒立で、三角形をつくらせて、足をあげる時に
ゆくり上げるというポイントで、足がのびていないとやがて
位置を教えてくださり、ありがとうございましておかげでうまく
できることができました。
倒立をするときは、手と手の間を見ないと倒立できるといふことが
すごく勉強になりました。お手を本を見せてくれるのがすごく
嬉しかったです。