

主体的に運動に親しみ、たくましく 生き抜こうとする生徒の育成

全校生徒数	30名(男子 17名 女子 13名)		
全クラス数	3	教職員数	14
運動部活動数	4	運動部活動参加率	90%

取組時の課題と目的

1 取組時の課題

全校生徒30名の小規模校であり、9割の生徒が部活動に入部している。体力・運動能力調査結果は概ね良好であるが、「長座体前屈」について長期的に落ち込みが見られ、小中共通の課題となっている。また、授業と部活動以外の時間で運動に積極的に取り組む生徒が限られていることが課題である。

2 取組の目的

- (1) 教科体育の指導法の改善を図りながら、一人一人の体力の現状を把握させることで、主体的に運動に親しむ習慣を育成する。
- (2) 小中一貫教育の取組を通して、体力向上や指導法改善等の連携を深めることで、相互の体育的行事の充実を図り、体力向上に対する気風を醸成する。

取組の内容

1 教科体育での取組

(1) 補強運動

ア 授業開始時に行っていた補強運動を、生徒会保健部の活動として授業前に実施している。種目数は決まっているが、一種目ごとの量は体力・運動能力調査の結果から自由に設定できるようにしている。

イ 補強運動の冒頭に、呼吸のコントロールを含めたヨガを継続的に取り入れ、複数年の課題である「柔軟性」の向上に努めている。小学校の授業にも導入され、小中一貫の活動内容にしている。

ウ 作業後などの授業で、時間にゆとりがある場合は、補強運動の最後に「体力アップ・チャレンジかごしま」の長縄跳びや8の字跳びに挑戦し、記録向上や授業の雰囲気作りとして取り組んでいる。

(2) 学習活動の改善

ア 学習目標の系統を明確にすることができるように、前時までの「目標」と「技能のポイント」を掲示し、単元全体での技能の系統性を理解させ、習熟が遅れている生徒の振り返りの一助としている。

イ 生徒同士の教え合いの場面では少人数の異質集団、話し合い・課題発見の場面では等質集団と、多様なグルーピングをすることにより、活動が活性化し、主体的な活動となるようにしている。

ウ 補助運動は、できるだけ活動量があり、種目の基本となる動きの定着ができるような内容を吟味しながら活動している。

2 教科体育外の取組

(1) 昼休みスポーツ活動の推奨

ア 「たくましいかごしまっ子」育成推進事業における地域スポーツ人材の活用で、「昼休みスポーツ教室」を開催した。生徒が手軽に取り組みめる種目として、バドミントンとショートテニスを行い、全校生徒の6割以上が参加した。

イ 利用希望のある種目の用具をできるだけ準備し、多様な活動が自由に行えるようにした。複数の種目を実施することに対する安全対策も、生徒会保健部を中心に行った。

(2) 体育的行事について

ア 小中合同運動会で「紅白対抗長縄跳び」を採点種目に取り入れた。日頃の取組の成果を発表するとともに、小学校への波及を図った。

イ 校内の球技大会を、生徒会保健部に企画運営させた。学年対抗から生徒会専門部対抗へと変更し、試合方法等の検討を重ね、活動量も増加した。生徒主体のため積極的に取り組んでいた。

●工夫したこと

- 1 人数に対して施設が充実しているため、一人一人の活動範囲を広げ、運動量の確保・安全対策につながっている。
- 2 活動時間が限られているため、自発的な取組として展開されるよう配慮した。

取組の成果

- 1 補強運動と体力・運動能力調査項目の相関を理解させることで、生徒自らが、現状と課題を意識し、次の調査を目標にして、体力向上に努めることができた。
- 2 ほとんどの生徒が調査項目の数値が向上した。特に1・2年生において、「握力」、「上体起こし」、「50m走」は8割以上が県平均値を超えている。
- 3 昼休みに気軽にスポーツ活動を行う生徒が増えた。バドミントン、ショートテニス教室への参加率は全校生徒の6割以上であり、特に部活動を引退した3年生の姿が目立った。

今後の課題

- 1 体力向上に関する全職員での校内体制作りを推進するとともに、生徒が活動できる時間の確保を検討する必要がある。
- 2 生徒数が少ないため、より個に応じた体力向上プランを進め、小学校との連携については、共通課題である「柔軟性」を中心に研究を深めていく必要がある。