

【別紙様式2】

# 生涯にわたって運動に親しむ 資質や能力の育成

～学校を中心とした家庭・地域との連携を通して～

## 南大隅町立 根占中学校

全校生徒数	114名(男子58名 女子56名)		
全クラス数	4	教職員数	13
運動部活動数	6	運動部活動参加率	63%

### 取組時の課題と目的

#### 1 取組時の課題

校区が広く、3割程度の生徒がバス通学であり、生徒の徒歩の時間が少ない。また、女子生徒の運動部活動加入率が低く、運動機会が少ない。男子生徒は、運動時間が部活動の時間に限定されている。

#### 2 取組の目的

- ① 保健体育の授業や学校行事、地域行事を通して運動の楽しさを体感し、運動好きな生徒を育成する。
- ② 運動を行う意義や運動のよさを学び、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育成する。

### 取組の内容

#### 1 教科体育での取組

##### (1) 保健体育の授業の工夫・改善

学習カードの有効活用や生徒どうしの教え合い活動の充実により、思考・判断を促し、技能の向上を図った。

##### (2) 体力テストの分析と個人カルテの作成

体力テストの結果を学校、県、全国平均と比較し、自分の改善点などを分析する個人カルテを作成し、それに基づいて体力づくりができるようにした。

##### (3) 授業導入時の補強運動の工夫

補強運動に体力テストの結果を踏まえた運動の実施や外部指導者との連携により、効果的に体力が高まるように工夫した。

#### 2 学校全体での取組

##### (1) 正しい姿勢の確認

正しい立ち姿勢や座るときの姿勢のポイントをまとめた掲示物を作成し、指導の徹底を図った。

##### (2) 学校行事を通じた取組

様々な体育的行事を通して運動機会が確保できるように練習時間や場所の設定を行い、仲間と交流しながら運動の楽しさを味わえるようにした。また、体育大会では、「中学校版チャレンジかごしま」への取組として長縄を種目に取り入れた。

##### (3) 生徒会との連携

生徒会保健部が運営して、体力テストを「ねっちゅうチャレンジ!! 体力No. 1 決定戦」というイベントとして実施し、成績優秀者や記録を伸ばした生徒を表彰し、体力向上への意識を高めた。また、早朝マラソンの運営や体育館開放の見届けを生徒会保健部が行った。

##### (4) 夏休みの合同トレーニングの実施

夏休みに全校生徒を対象として合同トレーニングを実施し、目的に応じてコースを設定することにより多くの生徒が参加した。

### 3 地域・家庭との連携

#### (1) 地域体育行事への参加

チャレンジデーという町の体力向上を目的としたイベントに全校生徒で参加した。また、10月に開催される町民体育大会にも多くの生徒が参加した。

#### (2) 地域のスポーツクラブとの連携

南大隅町内の総合型地域スポーツクラブより指導者を招聘し、長期休業中、始業前に運動指導を行った。全校生徒に指導が還元されるように、指導内容を保健体育の授業の補強運動で活用した。

#### (3) 地域協力隊「ネオフラップ」との連携

外部指導者の派遣協力をもらい、ウォーキング教室を月1回開催し、正しい姿勢や歩き方、体の使い方などの指導を全校生徒が受けた。また、その指導者に協力してもらい、自校体操「ねっちゅう体操」を作成し、体育大会で発表した。その後は、それを授業の準備運動として活用している。

#### (4) 家庭との連携

ウォーキング教室に保護者も参加できるようにしたり、授業参観で体験してもらったりと生徒と一緒に活動することで、学校での取組を理解してもらう機会を設定した。

### ●工夫したこと

- ① 体力・運動能力調査の結果を個人で分析させ、課題を理解して運動に取り組めるようにした。また、学校全体の課題を職員研修で協議し、共通理解を図った。
- ② 学校と地域の連携を深め、地域の人材を積極的に活用した。

### 取組の成果

- ① 新体力テストで、前年度調査と比較し中2、中3ともに8項目中7項目で記録が向上した。
- ② 昼休みに運動や外遊びをする生徒が増えた。
- ③ 正しい姿勢、歩き方への意識が高まった。
- ④ 運動部活動生以外の体力の向上が見られた。
- ⑤ 平成27年度より28年度の地区総体の結果が飛躍的に向上した。

### 今後の課題

- ① 教科体育をより充実させ、運動時間の確保と運動を好きになるように工夫していく必要がある。
- ② 家庭での運動の充実を図るために、体育科通信を発行し、体力の大切さを家庭でも理解してもらい、運動の日常化を図る必要がある。
- ③ 顧問会で体力向上に向けた部活動ごとの共通の取組について話し合い、共通実践を進めていく必要がある。