

芦別市立芦別中学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

令和5年度 芦別市立芦別中学校 体力向上プラン

1 自校の児童生徒の体力・運動能力等に関わる現状

○ 体力・運動能力や運動に関する意識(内面)、生活習慣、運動習慣等に関わる現状

【令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果より】

- ・体力合計点のT得点において、男子は、全国より0.2ポイント上回ったが、女子は、全国より5.9ポイント下回った。
- ・握力において、男子は、全国より11.4ポイント、女子は3.3ポイント上回った。
- ・持久力(20mシャトルラン)において、男子は、全国より2.3ポイント、女子は、2.4ポイント下回った。
- ・ハンドボール投げにおいて、男子は、全国より0.3ポイント上回ったが、女子は、5.7ポイント下回った。
- ・反復横とびにおいて、男子は、全国より2.1ポイント、女子は、6.6ポイント下回った。
- ・生徒質問紙において、「運動やスポーツをすることは好き」と回答した生徒の割合は、男子は、全国より12.9ポイント上回り、女子は、8.9ポイント下回った。
- ・生徒質問紙において、「保健体育の授業が楽しい」と回答した生徒の割合は、男子は、全国より12.8ポイント上回ったが、女子は、8.1ポイント下回った。

2 自校の児童生徒の体力・運動能力等の現状から分析した課題

○ 体力・運動能力等に関わる課題

- ・体力合計点のT得点において、男子は、全国をわずかに上回ったものの、女子は、5ポイント以上下回ったことから、女子の体力・運動能力の向上が課題である。
- ・反復横とびやシャトルランにおいて、男女ともに全国を2ポイント以上下回っていることから、敏捷性や持久性に課題が見られる。

○ 生活習慣、運動習慣に関わる課題

- ・「平日、学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ているか」の設問で、「3時間以上」と回答した生徒の割合は、男子は、全国より7.5ポイント、女子は、1.3ポイント上回っている。

3 自校の児童生徒の体力・運動能力等に係る目標

○ 体力・運動能力等に関わる目標

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査の体力合計点のT得点において、男女ともに、全国を上回る。
- ・授業で目標を意識した学習で「できたり、わかったり」することがある生徒の割合を80%以上にする。

○ 生活習慣、運動習慣に関わる目標

- ・「平日、学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ているか」の設問で、「3時間以上」と回答する生徒の割合を、男女ともに全国を下回る。

4 自校の児童生徒の体力・運動能力等に関わる目標達成状況

○ 体力・運動能力等に関わる目標の達成状況に対する評価指標

【評価方法】

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査
- ・自己評価

【成果指標】

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査の体力合計点が全国を上回る。
- ・授業で目標を意識した学習で「できたり、わかったり」することがある生徒の割合が80%以上とする。

【評価結果】

○中間評価(10月)

- ・概ね達成した。

○最終評価(2月)

- ・令和5年度の体力合計点において、男子は全国より3.8ポイント、女子が0.8ポイント下回ったものの、女子において、その差が縮まった。
- ・授業で目標を意識した学習で「できたり、わかったり」することがある生徒の割合が、男子で81.3%、女子で88%となり、目標を上回った。

○ 生活習慣、運動習慣に関わる目標の達成状況に対する評価指標

【評価方法】

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査
- ・生活アンケート
- ・自己評価

【成果指標】

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査における生徒質問紙の「平日、学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ているか」の設問において、全国を下回る。

【評価結果】

○中間評価(10月)

- ・概ね達成した。

○最終評価(2月)

- ・令和5年度の生徒質問紙の「平日、学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ているか」の設問において、男子は、全国より33.3ポイント上回り、女子は、2.9ポイント下回った。男子において、大きく上回ったものの、女子で大きな改善が見られた。

5 自校の児童生徒の体力・運動能力等に応じた具体的な取組【1校1実践】

1 生徒が運動に慣れ親しむ校内環境等の整備

- ・体育大会等の体育的行事において、生徒が主体的に運動に親しむための取組の工夫・充実を図る。
- ・市内中学校と連携した部活動の交流及び加入を奨励する。
- ・「ノー自転車通学デー」を設定して、生徒が徒歩で登下校する機会を確保する。

2 生徒が運動に慣れ親しむ環境づくりに向けた地域等との連携

- ・「ノー自転車通学デー」と合わせた町内のゴミを拾って登校する「芦別クリーンデー」や、幼・小・中が連携したノーゲームデーとする「芦別ファミスタウィーク」を設定するなどして、運動の機会を確保する。

【取組指標】

- 1 生徒会と連携して、時期や内容を設定する。
- 2 振り返りを行い、生徒の主体的な活動を促す。

6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・「見通す」及び「振り返る」学習活動を充実させるとともに、生徒の運動量を確保した体育の授業改善を推進する。
- ・生徒が運動に慣れ親しむ校内環境及び体制を整備する。

目指す学びの姿

「星の降る里あしべつ」の未来創造の基盤となる生徒を育む新しい芦別中学校づくり
～学習の見通しをもち、分かったことやできたことを実感している学び～

全ての児童生徒が楽しく、意欲的に取り組むことができる授業づくり

体育専科教員等の視点による
授業づくりのポイント

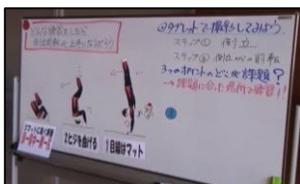
内容のまとまりを見通した授業実践のポイント

- ① 個に応じた指導の工夫 (自己の課題解決に向けて、学習方法を選択する)
- ② 協働的な学びの工夫 (課題解決に向けて、他者の意見やよさ交流する)
- ③ 見通す・振り返る学習活動の工夫 (主体的な学びの実現に向けて、学習の見通しをもたせ、分かったこと等を整理させる)
- ④ ICT機器を活用し、学習活動や評価の効率化を図る。
- ⑤ 内容のまとまり毎に、指導計画を作成し、単元を通して身に付けさせたい資質・能力を明確にするとともに、学習者と共通理解を図る。

単元の「導入」場面における指導の手立て

<単元の見通しをもたせる>

- ・教師等の試技を見せたり、ICTを活用したりして生徒に単元のゴールの具体的なイメージをもたせる。
- ・生徒が個に応じた目標を設定し、自分の課題に応じて繰り返し動画で動きを確認し、運動のイメージをもたせる。



【単元のゴールを示す】



【教師と生徒の試技】

「知識及び技能」の習得の場面における指導の手立て

<手立ての具体>

- ・生徒が自己の動きを動画で撮影し、技のポイントを確認することにより、自己の課題を把握させる。
- ・生徒の到達度に応じた、練習方法と場所を複数設定する。



【練習方法・場の工夫】



【動きの撮影】

「知識及び技能」の活用場面における指導の手立て

<手立ての具体>

- ・既習事項を活用させる。
- ・生徒が自分の課題に合った練習を考え、選択する。
- ・生徒が端末を活用して、仲間の技を観察し、よさの根拠を示して交流する。



【よさの交流】



【練習方法の工夫】



生徒が運動に慣れ親しむ校内環境等の整備

- 体育的行事（体育大会）の工夫
- 昼休みの体育館開放
- 市内中学校と連携した部活動交流及び部活動加入の奨励
- 「ノー自転車通学デー」の設定



【ノー自転車通学デーの様子】

生徒が運動に慣れ親しむ環境づくりに向けた地域等との連携

- 生徒が徒歩で通学する日を設定する「芦別クリーンデー」を6月と9月に設定
- 家庭や地域と連携した、望ましい生活習慣及び運動習慣の定着に関する呼びかけ
- 中学校の定期テスト期間に合わせた、幼・小・中が連携した一斉のノーゲームデー「芦別ファミスタウィーク」の設定



【芦別クリーンデーの様子】

これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

- 学習の見通しをもち、分かったことやできたことを実感できる学習活動の位置付け
- 全ての生徒が安心して学べる学習環境づくりと「芦別スタンダード」を基本とした確実な指導
- 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた、1人1台端末の効果的な活用
- 市内中学校と連携した部活動の交流

体力向上に向けた今後の具体的な取組

- 新体力テストの結果を踏まえた生徒一人一人の目標の可視化
- 部活動の地域移行を踏まえ、社会教育との連携に基づく地域と一体となった児童及び生徒の運動機会の保障
- 地域と一体となった体育的行事の充実
- 幼・小・中が連携した一斉のノーゲームデー「芦別ファミスタウィーク」の設定