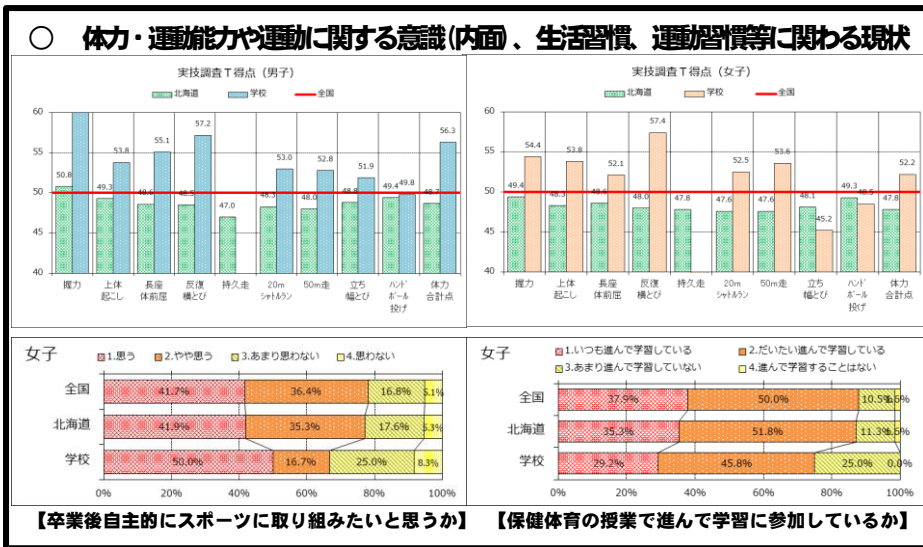


北広島市立西部中学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

令和5年度 北広島市立西部中学校 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



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**
 - ・男子は「ハンドボール投げ」の種目において、全国平均を下回った。
 - ・女子は「立ち幅跳び」「ハンドボール投げ」の種目において全国平均を下回った。
- **生活習慣、運動習慣に関わる課題**
 - ・「朝食をとらない日がある」と回答した男子の割合は28.6%であり、全国平均を上回った。
 - ・「卒業後自主的にスポーツに取り組みたいと思わない・あまり思わない」と回答した女子の割合は33.3%であり、全国平均を上回った。
 - ・「保健体育の授業であまり進んで学習に参加していない」と回答した女子の割合は25.0%であり、全国平均を上回った。

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**
 - ・全ての項目で全国平均以上となるよう、体力・運動能力の向上を図る。
- **生活習慣、運動習慣に関わる目標**
 - ・栄養教諭と連携を図り、生活習慣の改善を目指す。
 - ・運動の楽しさを味わい、学校以外においても運動に取り組む生徒を育成する。

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】

- ・新体力テスト
- ・新体力テストの振り返り

【成果指標】

- ・新体力テストすべての項目で、学校平均が全国平均以上

【評価結果】

- ・中間評価（7月）
学校平均が昨年度の全国平均以上であった。
- ・最終評価（2月）
立ち幅跳びが全国平均を下回ったが、他の項目は全国平均を上回り、目標を達成することができなかった。

○ **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】

- ・新体力テスト質問紙調査
- ・学校評価

【成果指標】

- ・「朝食をとらない日がある」と回答した男子の割合が15%未満
- ・「卒業後に自主的にスポーツに取り組みたいと思う・やや思う」と回答する女子の割合が80%以上

【評価結果】

- ・中間評価（7月）
「朝食をとらない日がある」と回答した男子の割合は33.3%であり、目標を達成することができなかった。
- ・最終評価（2月）
「卒業後自主的にスポーツに取り組みたいと思う・やや思う」と回答した女子の割合は83.3%であり、目標を達成することができた。

男子の成果指標において、目標を達成することができなかったため栄養教諭と連携を図り、生活習慣の改善を目指す。

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】

- 全ての生徒が意欲的に取り組むことができる授業づくり**
授業実践セミナーでの研究成果を踏まえた授業づくりを行うことにより、主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を図る。
 - 種目の特性に応じた準備運動の工夫**
種目の特性に応じた準備運動を実施し、管内の他校と情報共有を図りながら、授業改善の取組を市全体で推進する。
 - 栄養教諭と連携した食の指導の充実**
 - ・食の指導での学習内容を振り返ることができる掲示を工夫する。
 - ・食に関する意識を高めるための継続的な指導を行う。
- 【取組指標】**
- 1 校内において2月までに取り組む。
 - 2 2月までに組織的に取り組む。
 - 3 各種調査時に応じて振り返りを行う。

6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査の合同実施及び小学校への乗り入れ授業等、体力向上に向けた学校間の連携した取組の推進
- ・継続的な授業改善を通して、生徒の体力・運動能力の向上を図る取組の充実
- ・家庭との連携による朝食をとる等の生活習慣等の改善

北広島立西部中学校

全校生徒数 143名 (男子79名 女子64名)
教職員数 16名

目指す子どもの姿

- ・ どのような活動にも粘り強く前向きに取り組むことができる生徒
- ・ 生活習慣を整え、健康に対する意識を向上できる生徒

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

- ・ 学習課題を明確にするためのICTを効果的に活用した取組
- ・ 子どもの考えをつなぎ、考えを練り上げる教師の関わり
- ・ ICTを効果的に活用した自己の変容を実感させる振り返り活動の工夫



単元の「導入」場面における指導の手立て



【ICTを活用した学習過程の提示】

- ・ 本時の学習課題に基づき、自分が取り組む練習方法を生徒が選択
- ・ すべての生徒が見通しをもって練習に取り組めるよう、ICTを活用し、本時の学習過程を提示

「知識及び技能」の習得の場面における指導の手立て



【ICTを活用した協働的な課題解決の様子】

- ・ ICTの活用による、自身の動作や技術の理解の促進
- ・ 対話を通した練習方法の工夫やよりよい動きの検討

「知識及び技能」の活用の場面における指導の手立て



【ICTを効果的に活用した振り返り活動】

- ・ これまでの学習の蓄積を生かして、視点を明確にした振り返り
- ・ 自己の変容を実感できる振り返り方法の工夫



体力向上に向けた授業以外の組織的な取組



体育専科教員等の視点による
授業以外の取組のポイント

小中一貫教育での体力向上



【全国体力・運動能力、運動習慣等調査の合同実施】

- ・ 小学校第5学年及び中学校第2学年による全国体力・運動能力、運動習慣等調査の合同実施
- ・ 小・中学校で連携し、児童生徒の実態を把握するとともに、体力向上に向けた小中一貫の取組を推進

委員会活動とつなげた運動機会の確保



【休み時間等の運動機会の充実】

- ・ 生徒アンケートを活用し、休み時間等の運動機会の充実
- ・ 冬期間のグラウンド解放等、運動環境を整備・充実
- ・ バドミントン用具の貸出等、運動に親しむ機会の充実

これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

- ・ 全国体力・運動能力、運動習慣等調査生徒質問紙において、「運動が好き・やや好き」と回答した生徒の割合は男子95.8%、女子88.9%であり、「運動が嫌い」と回答した生徒の割合は0%であった。
- ・ 「保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することがいつもある・だいたいある」と回答した生徒の割合は、男子が79.1%、女子が88.9%であり、全国平均を上回った。
- ・ 男子は9種目7種目、女子は9種目中8種目で全国平均を上回った。

体力向上に向けた今後の具体的な取組

- ・ 「できるようになった」「わかるようになった」生徒が増えるよう、主体的・対話的で深い学びの実現に向け、一層の授業改善を推進する。
- ・ 体力・運動能力の現状や課題を小中連携して分析するとともに、課題解決に向けた具体的な取組を共有し、地域で一体的に体力向上を図る。
- ・ 運動が楽しいと感じる生徒が増えるよう、生徒が他者との対話を通して、自己有用感を育む場面を設定する。