

## ボトムアップ理論で効果的な活動を目指して！ 北海道札幌南高等学校（ラグビー部）の取組

北海道札幌南高等学校（廣田定憲校長）ラグビー部では、「自主自律」の部訓のもと、ボトムアップ理論の導入により、生徒の主体性を尊重した取組を行っています。



### 【具体的な活動】

- **練習日（全体練習）は週3日**
  - ・部活動と学業との両立
  - ・OBや大学生との合同練習
- **練習時間はミーティングも含め1日2時間以内**
  - ・時間内に終わらなかったメニューは次の練習日
  - ・タイムマネジメント力の育成
  - ・生徒自身の主体的取組



### 【運営上の工夫】

- **部員（生徒）が練習メニューを作成**
  - ・「教える」より「自己探求」を重視
  - ・効果的なミーティングの実施
  - ・練習中のハドル<sup>※</sup>・コミュニケーションの重視
- **13のセクションリーダーの任命**
  - ・一人一役、全部員が部活動運営に参画
  - ・効率的な意思疎通・共通理解
- **動画等の活用（可視化、メタ認知）**
  - ・練習や試合の動画をクラウドで共有
  - ・各自の自由時間に視聴
  - ・ブログで活動内容を発信

※ハドル：次のプレーを決める作戦会議

## 【活動の3つの柱】 「自主」「自律」「短時間集中」

ポイント！ ～実践を通して～

- 生徒自らが課題意識を持ち、「考える力」を育てることが大切！
- 「思考」が整理されて、初めて効果的な活動につながる！

ひとこと



〈ミーティングの様子〉

部員全員が、高校に入学してからラグビーを始めましたが、日々、生き生きと活動しています。技術の習得はもちろんのこと、仲間を大切にする「心」や人間性の育成に重点を置いた活動が展開されています。生徒の成長を信じ、「主体性」を尊重しながら、短時間で効果的な取組となるよう工夫しています。