

# 稚内市立宗谷中学校

【生徒数 28名】



## 【目標】

〈運動に対する意欲〉

- ・生徒の授業評価等を通して、生徒が「楽しい」と実感できる保健体育の授業づくりに努める。

〈運動習慣〉

- ・どさん子元気アップチャレンジへの積極的な取り組みを行う。朝活動を通じて体力づくりを行う。

〈体力・運動能力〉

- ・行事の多い宗谷中において、行事（運動会、ソーラン）と保健体育授業の関連をもち、1年間の流れに沿った体力・運動能力向上の見通しをもつ。

## 【目標達成のための取組】

### 1 運動に対する意欲



#### 【工夫点】

- ・一般的な関節や筋肉を伸ばす準備体操ではなく、生徒達の興味関心を引き出すような準備体操を取り入れた。
- ・見通し（授業の目標に対してどのように頑張るか）と振り返りができるような、学習カードを授業で使用した。

### 2 体力・運動能力



#### 【工夫点】

- ・子ども芸能祭での最北ソーラン演舞に合わせて、保健体育の授業で最北ソーランの練習を行った。また、5月の運動会に向けて、保健体育の授業で陸上競技のリレーを取り扱い、1年間の流れに沿った体力・運動能力の向上を図った。

## 【結果】

〈運動に対する意欲〉

- ・12月に行った教科アンケートで1学期よりも2学期の方が「楽しい」と回答した生徒が増えた。

〈体力・運動能力〉

- ・1学期に行った体力テストの結果よりも2学期に行った体力テストの結果の方が数値が向上した。