

利尻町立利尻中学校

【生徒数 48名】



【目標】

〈運動に対する意欲〉

- ・授業アンケートで「運動をすることが好き」と答える生徒を 65%から 80%にする

〈体力・運動能力〉

- ・新体力テスト1年生男女の「20m シャトルラン」の記録を 20%アップする
- ・新体力テスト1年生男子の「長座体前屈」の記録を 15%アップする

【目標達成のための取組】

1 運動に対する意欲



【工夫点】

- ・保健体育の授業において、バスケットボールのゲームを全校で行うことで、学年間の対抗意識や一人一人のやる気を引き出した。
- ・委員会活動で運動に親しむ活動を取り入れ、全校朝会や昼休みを利用して全校で助け鬼やドッジボールを行った。

2 体力・運動能力



【工夫点】

- ・保健体育の授業の開始時に縄跳びを毎回5分程度行った。
- ・長期休業中の保健体育科の課題を「ストレッチ」とし、目標を立てさせるとともに、記録化させた。
- ・部活動の開始時にストレッチをしっかりと行うことを全校で統一して実施した。

【結果】

〈運動に対する意欲〉

- ・生徒対象の授業アンケートで「運動をすることが好き」と答える生徒が 65%から 75%に上昇した。

〈体力・運動能力〉

- ・1年生男女の「20mシャトルラン」の記録が、2回目のテストで、男子で 48%、女子で 20%アップした。
- ・1年生男子の「長座体前屈」の記録が、2回目のテストで 21%アップした。