

利尻富士町立鷺泊中学校

【生徒数 52名】



【目標】

〈運動に対する意欲〉

- ・自身の運動能力を把握し、運動や遊びに親しみながら記録の向上を目指す。

〈運動習慣〉

- ・30分以上の運動を週3回以上行い、様々な種目や動きに親しむ。

〈体力・運動能力〉

- ・新体力テストの「握力」「50m走」で、各学年の平均得点を向上させる。

【目標達成のための取組】

1 運動に対する意欲

【生徒アンケート】

運動やスポーツを行って楽しいと感じたのは、どのようなときか。

	上手にできた			仲間と一緒に活動		
	全国	北海道	本校	全国	北海道	本校
男子	73%	73%	100%	42%	44%	67%
女子	76%	74%	80%	50%	51%	70%

【工夫点】

- ・「できた」と感じる場面が増えるよう、スモールステップでの活動を多く取り入れた。
- ・自分の出来栄を客観的に見ることができるようICTを活用した。
- ・グループ活動を基本とした授業作りを行った。

2 体力・運動能力

【新体力テストの結果】

種目	学年	性別	前年度	今年度	得点変化
握力 (kg)	1年生	男子	21.8	24.2	
		女子	19.7	22.8	
	2年生	男子	29.0	36.2	+1
		女子	16.6	17.0	
50m走 (秒)	1年生	男子	9.0	8.8	
		女子	9.2	9.3	
	2年生	男子	9.5	8.4	+1
		女子	9.8	9.3	+1
3年生	男子	8.9	8.3	+1	
	女子	9.6	9.2	+1	

【工夫点】

- ・授業の初めに「鷺MT（鷺中ミニトレーニング）」という5分間の運動の取り組みを実施。筋力、スピードを中心に遊びの要素を取り入れて様々な動きを経験させた。

【結果】

〈運動に対する意欲〉

- ・運動やスポーツの楽しさを生徒の実態に応じた方法で実感させることができた。

〈体力・運動能力〉

- ・特に2、3年生において、長期間の取組みが記録向上という結果につながった。