

# 利尻富士町立鬼脇中学校

【生徒数 14名】



## 【目標】

〈運動に対する意欲〉

- ・授業アンケートの「運動することが好き」の項目に全員が4 or 5の評価を付ける。(肯定的評価が5)

〈体力・運動能力〉

- ・2度目の新体力テストで、総得点の平均を3点あげる。

## 【目標達成のための取組】

### 1 運動に対する意欲



【工夫点】

- ・講師や同僚の力を借りた専門性の追求。
- ・運動が得意な子も不得意な子もそれぞれが目標を持って取り組めるような難易度調整。

### 2 体力・運動能力

ONITレ メニュー表	
	腹筋ハイタッチ7回
	手押し車 10歩
	ダイナミックストレッチ
	ペアストレッチ
	じゃんけん馬飛び7回
	バーピージャンプ7回

【工夫点】

- ・体力テストの点数が特に低かった項目の強化を目的とした授業冒頭での体力作り。
- ・体育授業の際には「汗をかく」を目安に、運動量を確保。

## 【結果】

〈運動に対する意欲〉

- ・授業アンケート「運動やスポーツをすることが好き」「体育の授業が好き」の項目は、「そう思う(5)」が85.7%、「だいたいそう思う(4)」が14.3%であり、全員が肯定的な回答であった。

〈体力・運動能力〉

新体力テスト総得点の平均

1回目	男子 41.6点、女子 45.3点	←男女とも
2回目	男子 43.6点、女子 46.3点	上昇