

幌延町立問寒別中学校



【生徒数 5名】

【目標】

〈運動に対する意欲〉

- すべての生徒が部活動のバトミントンで得意という回答をする。

〈運動習慣〉

- すべての生徒が保健体育の授業以外で運動をほとんど毎日（週に3日以上）すると回答する

〈体力・運動能力〉

- 新体力テストの「長座体前屈」で、すべての生徒が自己記録を更新する。

【目標達成のための取組】

1 運動に対する意欲



【工夫点】

- 教職員が、昼休みに生徒と一緒にミニバレーボールをすることで、運動が苦手な生徒にも配慮するとともに、運動が得意な生徒も楽しめるようになり、昼休みには毎日自然と体育館に足をむける子が増えた。

2 体力・運動能力



【工夫点】

- 体育の授業の導入時にウォームアップとして、ストレッチや身体づくり運動を計画的に取り入れることで、柔軟性を向上させることができた。

【結果】

〈運動に対する意欲〉

- 部活動に所属する全員がバトミントンで得意という回答をした。

〈運動習慣〉

- 全員が週に3日以上運動することはできなかったが、休日に運動すると回答する生徒が増えた。

〈体力・運動能力〉

- 新体力テストの「長座体前屈」で、5人中4人の生徒が自己記録を更新した。