

函館市立赤川中学校

- ・ 体力向上プラン
- ・ 実践概要

令和4年度 函館市立赤川中学校 体力向上プラン

1 自校の児童生徒の体力・運動能力等に関わる現状

○ **体力・運動能力や運動に関する意識(内面)、生活習慣、運動習慣等に関わる現状**
★赤川中学校3年生『令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査』の結果より

「Q1.運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。」
肯定的評価 男子 全国…87.5% 北海道…88.2% 本校…93.3%
女子 全国…75.5% 北海道…74.3% 本校…81.3%

「Q2.あなたにとって運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツは大切なものですか。」
肯定的評価 男子 全国…93.2% 北海道…93.9% 本校…100%
女子 全国…89.4% 北海道…89.5% 本校…96.9%

「Q3.中学校を卒業した後、自主的に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。」
肯定的評価 男子 全国…86.0% 北海道…86.2% 本校…93.3%
女子 全国…79.1% 北海道…78.1% 本校…93.8%

「Q10.保健体育の授業は楽しいですか。」
肯定的評価 男子 全国…90.1% 北海道…91.6% 本校…97.8%
女子 全国…83.0% 北海道…83.9% 本校…84.4%

2 自校の児童生徒の体力・運動能力等の現状から分析した課題

○ **体力・運動能力等に関わる課題**
・男女共に、握力とハンドボール投げなどで、全国及び全道を下回る項目が多く、体力・運動能力が全般的に低い傾向にある。

○ **生活習慣、運動習慣に関わる課題**
・運動やスポーツの必要性や魅力を感じている生徒が多いが、体力・運動能力の向上に結び付いていない。

3 自校の児童生徒の体力・運動能力等に係る目標

○ **体力・運動能力等に関わる目標**
・体育授業において、自分の力の伸びを感じられるような授業づくりを行い、自分の課題に気付いて主体的に運動に取り組む生徒を育成する。

○ **生活習慣、運動習慣に関わる目標**
・運動やスポーツの意義を理解し、将来に向けた自己指導力を育てる。

4 自校の児童生徒の体力・運動能力等に関わる目標達成状況

○ **体力・運動能力等に関わる目標の達成状況に対する評価指標**

【評価方法】
・複数回の新体力テスト
・学年末のアンケート

【成果指標】
・男女共に体力総合評価のCおよびD評価の生徒の割合が全体の60%以下
・自分の体力・運動能力の向上を実感している生徒の割合が80%以上

【評価結果】
・中間評価(10月)
男女共に、上体起こしの回数が若干増えていた。
・最終評価(2月)
10月実施の評価と同様の傾向が見られた。

○ **生活習慣、運動習慣に関わる目標の達成状況に対する評価指標**

【評価方法】
・学年末のアンケート
・学校評価

【成果指標】
・保健体育科や学校行事等で運動やスポーツの必要性および魅力を理解できたり、実感できたりする生徒の割合が90%以上

【評価結果】
・中間評価(10月)
スマートフォンやゲーム機等の端末の使用時間が長かった。ただ、スマートフォンは、勉強に使用している生徒もいることがわかった。
・最終評価(2月)
10月実施の評価と同様の傾向が見られた。

5 自校の児童生徒の体力・運動能力等に応じた具体的な取組【1校1実践】

1 準備運動および補助運動の見直し
全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果において、落ち込みが見られる体力と、授業で扱う種目の特性を踏まえた準備運動や補助運動を関連させた取組を継続的に行い、体力・運動能力の向上を図る。

2 委員会活動の活性化
委員会活動と連携し、体育祭での特別種目を企画したり、スポーツイベントを企画したりすることにより、運動に対する意欲や態度を育む。

【取組指標】
1 全学年で統一した取組を行う。
2 月毎に教科部会を開催し、振り返りを行う。

6 次年度に向けた具体的な取組の改善・充実

・保健体育科の教員間における密な連携
・全職員で生徒の体力・運動能力、運動習慣、生活習慣の把握及び課題解決
・全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果に基づいた授業改善等

目指す子どもの姿

- ・生涯にわたって心身の健康を保持し、豊かなスポーツライフを実現する生徒

自己肯定感や主体的に運動に取り組む意欲を高める授業づくり

体育専科教員等の視点による
授業づくりのポイント

単元や内容のまとめを見通した授業実践のポイント



「主体的・対話的で深い学び」の視点から、保健体育の授業づくりの見直し*第3学年体育理論「スポーツの文化的意義」の実践

- ① 「主体的な学び」 … 学習の見通しを立てたり、学習を振り返ったり、学びの変容を自覚できるようにする。
- ② 「対話的な学び」 … 教師と生徒、生徒と生徒の交流の充実を図る。
- ③ 「深い学び」 … 学習場面における教師主導と生徒主導の切り替えの意識をもつ。

「導入」場面における指導の手立てのポイント

Dグループ
体育の授業

友達や
仲間が
できた

競い合
う、高
め合う

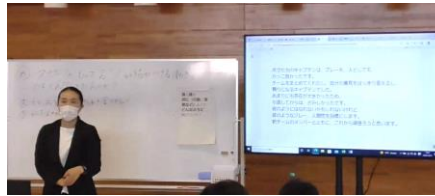
共に目標に向
かって取り組
む、目標を達成
する

- 学習の見通しを立てやすくする工夫

【Point】

ICTを活用して、グループや個人の考えを共有し、比較することにより、学習のめあてを見いだす。

「展開」場面における指導の手立てのポイント

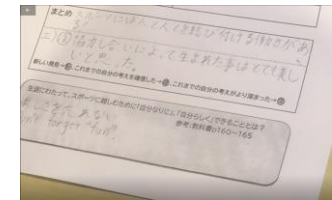


- 話し合い活動が活発になるような手立て

【Point】

意図的な発問や座席配置を工夫するとともに、ICTを活用し、視覚的に分かりやすく資料提示をする。

「まとめ」場面における指導の手立てのポイント



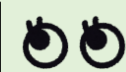
- 学びの変容を確認する振り返り活動の工夫

【Point】

焦点化した振り返りのポイントに基づいて記入する枠を作るなど、学習カードの構成を工夫する。



体力向上に向けた授業以外の組織的な取組



体育専科教員等の視点による
授業以外の取組のポイント

委員会活動と連携した取組

・体育・健康委員会と連携し、体育祭において企画種目を実施

【企画種目】部活動対抗リレー

- ・バスケ部の生徒→バスケットボールがバトン
- ・野球部の生徒→バットがバトン
- ・サッカー部の生徒→サッカーボールがバトン
- ・運動部に所属していない生徒→リュックを背負う生徒が主体的に考え参加することにより、スポーツに対する意欲が高まり、運動部に所属していない生徒が活躍する結果へとつながった。



三位一体となるスポーツへの参加態度の育成
(する、観る(みる)、支える)

これまでの授業改善及び組織的な取組の成果

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果に基づく授業改善について保健体育科で共有し、全学年において授業の見直しを図ることができた。
- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査と学力・学習状況調査の結果の両面から生徒の実態を把握し、それらの課題を意識して保健体育科の授業づくりをしたり、日常生活指導に活かしたりすることができた。

体力向上に向けた今後の具体的な取組

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果を学校全体で確実に共有するとともに、明らかになった課題を見だし、保健体育科と担任が協力し、体力向上に向けた働きかけをより一層強化する必要がある。
- ・委員会活動などを活用し、生徒とともに気軽に運動できる機会や時間を生み出す必要がある。