

坂町体カアップ大作戦！ ～小中9年間プロジェクト～

坂町立坂中学校
児童生徒数 362人
TEL 082-885-0004

実践内容

実施目的

○学校教育目標「創造的でたくましい心豊かな生徒の育成」の達成に向け、自らの体力に関心を持ち、運動に主体的に取り組むことができる生徒を育成する。
○小中の接続を意識した継続的な体力向上を図る。

実施内容

1. 保健体育科の授業に関する中学校での取組

【創造性を高めるために】
ペア学習やグループ学習などの形態の中で、豊かな言語活動を取り入れ、教え合い学び合う協働的な学習の場を設定する。
【たくましさを高めるために】
・授業の基本的な流れを男女、全学年共通とし、学年やクラスが変わっても継続的に一貫した指導を行う事ができるシステムを作る。
・校内に新体力テストに関して具体的な数値目標を掲示したり、握力計を校内に設置したりして、いつでも生徒が計測できる環境を整える。
・体育の提出物を全員最後まで出させきる。
【心の豊かさを高めるために】
・今回の新体力テストの結果と1年前の自分の結果とを比較して自分の成長を実感させ、主体的に運動に親しむ心を養う。
・3年生が1年生に体育祭のよさこいソランを教える場を設定し、生徒の自己有用感を育てる。
・あいさつや感謝の言葉を素直に伝える指導を行う。

2. 小中連携での取組

・町内に体力向上に係る挑戦支援加配の教員が配置され、体育の授業改善が進んでおり、体力の向上が図られている。

・年に5回町内の学校4校（小学校3校・中学校1校）の体育主任が集まり、体力づくり研修会を実施する。研修内容としては、体育の授業参観・協議・理論研修、小中学校の体力向上の取組の情報交換や情報共有などが挙げられる。
・中学校1年生の新体力テスト実施時に、小学校6年生の記録を確認できるようにするために、生徒の小学校6年生の頃の記録データを小、中学校で共有し、活用している。生徒は明確な目標設定などができるため、それが新体力テストに取り組む意欲の向上につながっている。

3. 町としての取組

・中学校のほぼ全ての運動部にクラブ講師が配置されている。そのため、生徒は、専門的かつ継続的に指導を受けることができる。
・体づくりに欠かせない食育については、栄養教諭や外部講師を活用し、実習や全校朝会で発達段階に合わせた食生活による基礎的な体づくりにも視点をもつよう指導している。

実施上で工夫したこと

【目標設定】前回の自分の記録を確認して、目標を持ち、取り組めるよう目標記録を設定させた。

【実施時】新体力テストに必ずペアで取り組みせ、お互いを高め合いながら主体的に協働的に取り組めるようにした。

【実施後】新体力テストの各種目で各学年トップになった生徒の写真と記録を掲示することで、生徒に関心を持たせることができ、日々の体力向上に対する意識の向上や来年度の目標設定につながった。

【分析・改善】自分の記録を整理し、自分の強みと弱みを分析させ、弱みを改善するための運動を考えさせ、長期休業中の課題とした。

【家庭との連携】新体力テストの結果を三者懇談で返却し、生徒だけでなく保護者にも関心を持ってもらえるようにした。生徒の体力の状況だけでなく食生活や日常生活について記載してあるので、家庭での生活改善につながった。

主な成果

○授業の中で様々な課題を友達と一緒に解決することで、新しい課題に挑戦したり、意欲的に取り組んだりする生徒が増えた。
○先輩の記録を追い抜こうとする意欲が見られ、先輩に憧れを持ち、自ら体力向上に努める生徒が増えた。
○一部課題が見られるものの、生徒の体力は向上している。特に小、中学校で体力づくりについて連携することにより、1年生段階での記録の向上が著しい。

○新体力テストの結果を分析することを通して、生活リズムなどにも注目する生徒が増えた。
○長期休業中の体力アップ計画を立て、再度自分の課題となっている種目の再調査をすることで成長を実感し、自信につながった生徒が増えた。
○保健体育科の授業改善を行うことにより、できなかったことができるようになり、主体的に取り組む姿が見られるようになった。



毎時間の補強運動

毎回の授業で計画的に取り組んでいます。



ペアで動きの確認

教え合い学び合う場を設定しています。



3年生が1年生に教える

生徒の自己有用感の高まりをねらっています。



新体力テストの結果を分析

自分の成長を実感し、意欲の向上につなげます。



坂町体力づくり研修の様子

小、中学校の取組等の現状を交流しています。



町内全小学校で授業改善

子供の実態に応じた指導を心がけています。

広島県全体の総合評価A B割合 (%) との比較

