

# 生徒の心に火をつける体力アップ！ ～エデュース（引き出す）教育の実践～

熊野町立熊野東中学校  
児童生徒数 402人  
TEL 082-854-7111

実践内容

### 実施目的

○学校教育目標「志をもつ」の達成に向け、生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

### 実施内容

#### 1. 生徒の意欲や潜在意識を引き出す関わり

○保健体育科教員が、生徒との関わり方を変えた。指示、ティーチングを最小限に抑え、コーチング型の関わり方を増やした。部活動では、活動の目的や目標、目標を達成した場合の感情や他者への影響について考えさせる問いを生徒へ投げかけ続けた。  
○保健体育科の授業では、運動やスポーツの効果や必要性、練習のねらいや試合での課題について考えさせる問いを生徒へ投げかけた。  
○生徒に主体性をもたせることにより、同じ時間、同じ活動をして運動の質を高めることで効果的に体力が向上すると考えた。

#### 2. 主体性を高める保健体育科の授業

○保健体育科の授業では補強運動をやめ、運動の楽しさを味合わせるため、準備体操の代わりにスポーツリズムトレーニングを取り入れ、リズムに合わせてウォームアップを行った。  
○授業をM-T-M（マッチトレーニング-マッチ）の順に構成した。まずゲームを体験し自分たちで課題を見付け、次のゲームに向けて基本練習に取り組ませた。このことにより、生徒自らが目標をもち主体的に基本練習に取り組むようになった。試合のための練習であることを意識させることにより、練習の質が高まり、体力の向上につながった。また、試合で発生した課題について再度練習を行わせるようにした。  
○オリンピック選手にスポーツや運動の楽しさや喜び、意義について学ぶ機会をもった。憧れの選手の講演を聞くことで、生徒に意欲をもたせ、主体性を高めることをねらいとした。

#### 3. 主体性を高める運動部活動の充実

○教師からの一方的な指示を最小限とし、生徒の気づきを促す働きかけを行った。他校や高校に遠征し、他校から学びたいこと、取り入れたいことを考えさせた。また、生徒に身に付けたい力を明確にした上で、練習メニューを生徒自身に考えさせた。練習試合を設定し、成果と課題について毎回議論する機会を持ち、課題となったことを中心に、練習に取り組んだ。

#### 4. 主体性を高める学校行事の充実

○体育祭やクラスマッチなどの学校行事は、ゴールイメージを明確にさせることから始めた。体育委員を中心に、どんな行事になれば自分たちが充実感や達成感を感じることができるか、保護者に喜んでもらえるか話し合わせた。出た意見をもとに、約束事を決め、計画を立てさせた。  
○体育祭では、縦割り活動を取り入れ、ダンスや応援合戦は、3年生が計画を立て下級生に指導した。行進や東中ソーラン、集合の早さなども縦割り競争のため、3年生の自主性、協調性、責任感等のリーダーとしての資質が必要になる。

### 実施上で工夫したこと

○生徒の主体性を引き出すためには、教師と生徒、生徒同士の望ましい人間関係を築くことが大切である。そのため、運動やスポーツの場だけでなく、学校の教育活動全体で教師は一方的に指示するのではなく、生徒に考えさせる指導を行った。また、生徒同士の人間関係を築く上で、特別活動や道徳の授業を通して、相手を思いやることの必要性を考えさせた。  
○授業、学校行事、部活動を社会生活と結び付けて考えさせることで、さらに主体性が高まった。クラスやチームで協力することが社会生活を送る上でどんな利点があるか、競技力や体力の向上が自分や家族や仲間にとどのような影響を与えるかなどについて深く考えさせた。

### 主な成果

○保健体育科の授業開始3分前には生徒が集合し、「早く授業を始めてほしい」という要求が生徒から出たことから、保健体育科の授業を楽しみに感じている生徒が増加したと考えられる。  
○生徒自身がめあてをもつことにより、教師の指示を少しずつ減らしても、生徒が主体的に活動するようになった。  
○充実感や達成感を味わうことのできる生徒が増え、物事に取り組む際に粘り強さが出てきた。  
○大会などで目標としていた結果を残すことができた部活動があった。（サッカー部、陸上部）  
○スポーツリズムトレーニングにより、生徒のリズム感を養うことや、体の動きを高めることができた。



スポーツリズムトレーニング（陸上部）

リズムに合わせてウォーミングアップをします。



体育での試合の様子

試合を楽しむための練習をします。



生徒主体のクラスマッチ

計画から運営まで生徒で行います。



高校生に学ぶ部活動(サッカー部)

目標が明確となり、意欲が高まります。



生徒主体の体育祭(ダンス・応援団)

生徒が生き生きと練習している姿が印象的です。



オリンピック選手との交流

運動の意義や価値について学びます。

### 全校児童生徒における総合評価A Bの割合 (%) の推移

