

# みんなで体を動かす 楽しさがわかる 体育をめざして

## 北海道滝川市立江部乙中学校

全校生徒数	84名(男子43名 女子41名)		
全クラス数	3	教職員数	12名(内体育専科1名)
運動部活動	2	運動部活動参加率(全学年)	54.8%
地域のスポーツ指導者の活用(年間延べ人数)			4人

### 取組時の課題と目的

#### 1 取組時の課題

本校は校区に小学校が1校しかなく、市の中心部から数キロ離れています。小学校には少年団活動がなく、他の地域の活動に加わる生徒も少ない上、本校の2つの運動部活動はいずれも個人競技主体である等、集団で体を動かす機会が少ない状況があります。また、厳冬豪雪地帯であることから外で活動する機会が少ない状況です。

生徒の実態を詳しく見てみると、女子は特に体を動かす機会が少なく、運動能力にかかわらず、運動を敬遠する傾向が見られました。

#### 2 取組の目的

- ①体を動かす楽しさを味わわせる。
- ②全ての生徒に、保健体育の授業において、毎時間、達成感や充実感を味わわせる。
- ③自分だけではなく、他の人の動きや考え等に関心をもつことにより、仲間と協力する態度を育てる。

### 取組の内容 (右ページも参照)

#### 1 取り組みやすく興味・関心を高める内容づくり

##### (1) ダンスの教材の工夫

今年度から第1学年及び第2学年でダンスが必修となりました。運動が苦手な生徒は、動きの激しいダンスを思い浮かべ、学習意欲が低下してしまう等、抵抗感が多い領域となっています。そのため、本校の第1学年において、ダンスの学習に「日本舞踊」を加えました。講師の確保には、学校支援地域本部事業を活用しました。生徒達は、最初は戸惑っていましたが、徐々に慣れ、振り付けを覚えていきました。激しく、難しい体の動きもないため、運動の苦手な生徒も動きの意味や伝統文化を理解しながら、熱心に取り組むことができました。

#### 2 全ての授業において達成感をもたせる取組

##### (1) 単元について

##### ① 器械運動(跳び箱及びマット運動)

本校では、跳び箱を苦手と感じる生徒が多く見られましたが、このような生徒は、今までの学習で失敗体験が多く、「できた」という達成感をあまりもたないことがわかりました。そこでまず、生徒が「跳ぶ」という跳び箱に必要な感覚をつかめるような動きを予備運動として取り入れました。また、学習に取り組む望ましい態度を育

成するため、授業中においても言葉かけを積極的に行い、生徒の意欲を高めたり、達成感をもたせたりしています。

マット運動についても跳び箱運動と同様に、授業展開の工夫を図るとともに、生徒が痛さから恐怖心をもたないように、マット運動の苦手意識を取り除く取組を実践しています。

##### ② 陸上競技(走り高跳び)

自分の動きのリズムやフォーム等を生徒自身が確認することができるよう、低い高さで跳ぶ活動に十分時間をとるよう授業構成を工夫し、「跳べた」という実感をもたせるとともに、上手に跳べるポイントを考え、実践できるような授業を実践しています。

##### (2) 授業振り返りシート

授業では、「授業振り返りシート」を活用しています。特に、「今日頑張ること」という項目を設け、教員が生徒一人一人の頑張ることを把握し、授業中の賞賛やアドバイス等の言葉かけに活用しています。また、「今日頑張っていた人は誰か」という項目を設け、友達の動きや考え等を記述させることにより、仲間とともに活動することを意識させるよう工夫しています。毎時間振り返りシートを活用することにより、運動が苦手な生徒にも、目標に向かって取り組もうとする気持ちやみんなで体を動かすと楽しいという気持ちをもたせるようにしています。

### ●工夫したこと

- ①取り組みやすい内容を授業前半に取り入れ、達成感をもたせ、学習意欲を高めるようにしました。
- ②「どうしたらもっとよい動きになるのか」ということを生徒自身が考え、実践するとともに記録をとるような授業を展開しました。

### 取組の成果 (右上の表を参照)

- ①体を動かすことへの抵抗感が少なくなり、意欲的に授業に取り組む姿が多く見られました。
- ②この4年間で、男女とも、1週間の総運動時間が60分未満の割合は減少し、総運動時間も増加しました。

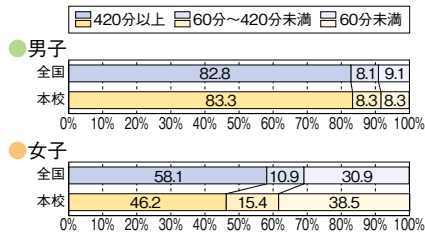
### 今後の課題

- ①記入に時間がかかる等、生徒が負担を感じないように、授業振り返りシートの項目を工夫する必要があります。
- ②生徒に多様な体験をさせることができるよう、今後も学校支援地域本部等と連携して、外部講師を確保する必要があります。

●1週間の総運動時間

		H21	H24
60分未満の割合 (%)	男子	16.7	8.3
	女子	50.0	38.5
	合計	33.3	24.0
1週間の総運動時間 (分)	男子	753.3	853.8
	女子	169.4	410.2

●1週間の総運動時間の分布(H24)



●体力合計点と総合評価の割合

	男子		女子	
	H21	H24	H21	H24
体力合計点(点)	43.3	36.5	43.0	44.2
総合評価(段階別)	A	9.1	0.0	14.3
	B	18.2	8.3	21.4
	D	18.2	33.3	7.1
	E	0.0	16.7	7.1
	AB-DE	9.1	-41.7	21.5

体育が好きではない生徒の意欲を高めるために  
陸上競技(走り高跳び) 器械体操(跳び箱運動・マット運動)

跳び箱運動



●成功体験を多く取り入れる工夫

運動の苦手な生徒への手立て

- 跳ぶことが難しい場合は、上に乗ってみることを指導する。
- 低い段から、段階的に取り組ませる。
- 容易に跳ぶことができる短い跳び箱を設置し、跳べたという感覚をもたせる。

走り高跳び



●自分の動きを確認する活動の確保

授業振り返りシートの活用

自己評価を実施し、達成感を感じさせるとともに、他の人の動きや考えなど、良い点を学ぶことができるように内容を工夫しています。

☆自己評価 (A:良くて良かった、B:よかった、C:もう少し)

項目	評価	具体的内容
自ら一生懸命活動できた	A	しっかり準備し取り組めた
準備や後片付けを協力できた	B	スリッパを揃えた
考えながら学習・練習できた	C	靴の向きを揃えた
学習・練習を工夫した	B	ジャンプの準備を早くした
安全に気をつけてできた	A	安全にできました
今日頑張っていた人		カラスノカンナにお手本を見せてくれた人 (理由つき) 恥ずかしいと思えたのに頑張ってくれた人
今日の学習内容		高跳び(ハリーロール)

友達のどんなところが良かったか、具体的に書くことで、振り返りを深めます。

第1学年 単元「ダンス」における日本舞踊の学習

