

ルール・マナー・エチケットも 地域の体育的行事から学ぼう! ～地域の激励が自分の励み～

長崎県平戸市立生月中学校

全校生徒数	167名(男子95名 女子72名)		
全クラス数	7	教職員数	19名(内体育教員2名)
運動部活動	12	運動部活動参加率(中学2年)	95.3%
地域の外部指導者の活用(年間延べ人数)			11人

取組時の課題と目的

Plan

1 取組時の課題

運動内容や種目によって苦手意識が強く、意欲的にそれらに取り組もうという姿勢が見られない。

2 取組の目的

- ① 苦手意識を克服させるためにも、段階的な指導を行い、達成感や充実感を味わわせる。
- ② 地域の体育的行事にも参加を促し、積極的に運動に親しむような態度を育成する。

取組の内容

Do

1 保健体育の授業の工夫

〈学習指導場面の設定〉

生徒一人一人の運動能力や学習課題に応じた学習場面を設定し、運動が苦手な生徒も、段階的に練習に取り組めるような場の工夫を図った。生徒がそれぞれの課題を解決し、小さな達成感(スモールステップ)を積み重ねることで、次のステップに挑戦しようとする意欲を高めた。また、班編成を工夫することで、互いに仲間の学習を援助しようとする機会を多く設定し、生徒同士の教え合い活動を意図的に組み込んだ。活動に取り組む際は、失敗を恐れず挑戦する姿勢や互いを認め合い援助し合う雰囲気になるように一貫した言葉かけと指導に努めた。

〈補強運動の強化と充実〉

授業の準備運動の後、短時間で誰でも簡単にできる補強運動として、必ず「腕立て伏せ」「腹筋」「背筋」「馬跳び」等のサーキットトレーニングを実施した。

2 地域の体育的行事への参加

以下の地域の体育的行事へは、伝統的に授業単位・部活動単位で参加するようになっている。

〈平戸ツデーウォーク(生月ステージ)〉

自然とふれ合いながら、仲間とともにウォーキングし達成感を味わうことで、運動を行うことの楽しさを知ってほしいと考えた。部活動単位での平戸ツデーウォークへの参加推進を行っているため、部活動でのアイデンティティの確立にも有効である。

〈いきつきロードレース〉

毎年、1・2年生全員が参加している。体育の授業で目標を設定し、その目標を達成するべく自己の記録に挑戦する学習を経験させている。ロードレースに参加した証に公式の記録カードを授与されることが喜びとなり、運動が苦手な女子生徒も積極的に参加している。

〈生月島縦断駅伝大会〉

生月町では、毎年元旦に町内の多くの方が参加して縦断駅伝大会が開催される。生徒たちは、運動部活動単位で参加する。地域の方が一生懸命応援してくださることが、中学生の意欲向上につながっている。

〈生月町町民運動会〉

6月に地区対抗の町民運動会が開催され、各地区から多くの老若男女が参加している。生徒も多くが参加し、地区別対抗リレーを中心に出場している。

●工夫したこと

〈保健体育授業〉

一人一人の生徒の体力や課題に合わせた運動学習場面を準備し、適切な運動量確保を行ってきた。また、種目や課題に応じて同質・異質の班編成を行い、仲間と課題を共有し克服しようという意識を高めたり、生徒同士の教え合い活動を充実させたりした。

〈いきつきロードレース〉

保健体育授業で記録会を行い、自己の記録更新に対する意識の向上や、競争することの楽しさを味わわせることで、運動が苦手な生徒の減少に努めた。

取組の成果

Check

〈保健体育授業 一場の工夫〉

生徒が成功体験をより多く味わうことができ、活動に対し意欲的に取り組むようになった。また、班活動では、互いに声をかけ合い、支え合う場面が多く見られるようになった。長距離走の練習では、友達からの声援や伴走でくじけそうな場面でも頑張る姿が見られる等、励まし合って取り組む姿が見られた。

〈地域の体育的行事への参加〉

運動が苦手な生徒も、仲間とともに運動に親しむことができた。また、それらの活動を通し、仲間とのコミュニケーションを図ることで、授業中の言語活動の充実につなげることができた。

今後の課題

Action

- ① 運動部活動参加率(全学年) 95.5%であり、生徒たちは保健体育授業や部活動、体育的行事にも積極的に参加しているが、授業内で基礎体力(柔軟性や巧緻性)のさらなる向上につながる教材研究や学習内容の設定が今後の課題である。
- ② 日常生活の中で運動時間を増やすために、できる限り徒歩での登校を推奨している。通学路の安全確保等、地域と保護者の理解を得ながら、家用車送迎ではなく徒歩通学の励行に取り組んでいきたい。

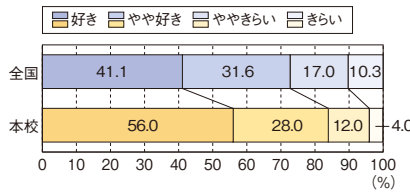
●女子の体力総合評価

(5000級)	A	34.8
	B	65.2
	D	0.0
	E	0.0
	AB-DE	100.0

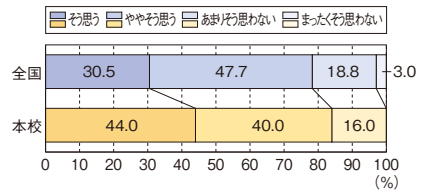
●女子の1週間の総運動時間と割合

	全国	本校
1週間の総運動時間(分)	610.3	829.6
60分未満の割合(%)	29.9	4.0

●【質問14】運動やスポーツが好き



●【質問18】教え合ったり、助け合ったりして学習を進める



補強運動の強化と充実

自分のために、一生懸命やるぞ！

整理整頓

段階的な練習や仲間と支援し合う様子

「ありがとう！」

「上手にできたね！」
「前回より良くなっていたよ！」

「大丈夫だ！怖くないぞ！」
「この高さからやってみよう！」

大切ポイント

- ① 足と手を同時に置く
- ② ついた手を握る
- ③ 足はあそくに開き、すばやく大きく

「大切ポイントを意識して練習できましたか！？」

授業の感想や仲間からのアドバイスを書いたワークシート

反省・感想(よかった点・改善点)

今年1回目のワット運動だったので、最初は緊張していましたが、仲間と協力して練習をすれば、少しずつ慣れてきました。また、アドバイスをもらって、出し方を工夫することができたと思います。練習中、できなかったところは、自分もみんなに教えてあげたいです。

仲間からのアドバイス

開脚とびの時、足は肩から、また、体が伸びていないと言われました。

かかえこみ跳びの時、もう少し、この位置を高くしたら、キレイになるよ!!と言われました。

いきつきロードレースで自己の記録に挑戦する生徒たち

「がんばれー！」

「がんばれー！」

ロードレースの目標は授業中に決めています！

「地域の皆さんの応援のおかげで力が発揮できます！」
「ほんとに感謝してます！」

平戸ツーデーウォーク(生月ステージ)に参加する生徒の様子

「みんなでウォーキングするのって楽しい！」
「すごく達成感あるなあ〜」

歩こうDay