

# 地域人材等を活用した、体力に自信が持てる生徒の育成

## 群馬県桐生市立桜木中学校

全校生徒数	231名(男子127名 女子104名)
全クラス数	9クラス(内特別支援学級 2クラス)
教職員数	20名(内保健体育科 2名)
地域のスポーツ指導者の活用(年間延べ人数)	206名

### Plan…取組時の課題と目的

#### 1 取組時の課題

平成27年度当初、新体力テストの結果(平成26年度)は、8種目中6種目が全国・県平均を下回り、特に男子の持久走が20秒以上下回っていた。また、校内アンケートでは、運動を苦手とする生徒や体力に自信がない生徒が約半数を占めていた。

#### 2 取組の目的

- ① 生徒の意欲と体力の向上に向け、保健体育科の授業の充実を図り、生徒に「できた」「分かった」の喜びを味わえるようにする。
- ② 体育的諸活動等を通じた健康の保持増進のための実践力や運動に親しむ態度の育成。
- ③ 体育指導コーディネーター(保健体育担当教員)を核とした小学校との連携強化。

### Do…取組の内容

#### 1 外部指導者を活用した授業の充実

地域のスポーツ指導者をゲストティチャーに迎えての保健体育科(長距離走)の授業を実施し、専門的できめ細かい指導体制をとることで、生徒一人一人の「できた」「分かった」を引き出し、運動への意欲や自信を高める。



#### 2 授業における運動量の確保

授業開始時に5分間走を行うとともに効果的な説明や学習形態・学習方法を工夫することで、一人一人の運動量を十分に確保する。

また、5分間走については、毎回走った距離を記録できるようにすることで、変化を確認し、自分自身の成長に気づき、意欲を高められるようにする。

#### 3 体育的行事等を通じた取組の充実

体育祭や校内持久走大会、市駅伝大会、桐生市堀マラソン大会などの体育的行事に向け、目的意識を明確にした練習の場を設定する。

#### 4 組織的な健康の保持増進

他教科・養護教諭等とのチーム支援(栄養教諭とのチームティーチング等)を通して、望ましい生活リズムを身に付けられるようにする。

#### 5 小学校との連携強化

体育指導コーディネーター(保健体育科担当教員)による小学校での体育の運動支援や体育的行事での交流(水泳記録会、陸上記録会、運動会)などを通して、児童の運動技能の向上や小学校教諭の指導力の向上に向けた取組を実施し、中学校区内の体力の向上に向けた取組の充実を図る。



### 6 部活動との連携

外部指導者として理学療法士(校区内在住)を活用し、各運動部の特性に応じた体の使い方や、けがの予防につながる運動の仕方について理解を深めるなど、運動部活動の内容を充実させ、各運動部で成果が出ている取組を校内で共有し、授業でも活用できるようにする。

市駅伝大会に向けて、外部指導者として市陸上競技協会会長等を招き、専門的な指導を通して県大会出場を目標に生徒の体力の向上を図る。

### 7 講演会の実施

食育、スポーツ栄養、障害者アスリート、体幹トレーニング、オリンピックメダリスト等による講演会を開催することで体力の向上に向けての意識付けを図る。

### ●工夫したこと

- 小学校の年間指導計画をもとに、小学校学級担任や体育専科教員と中学校保健体育科教員とで打ち合わせを行い、共通理解のもとで児童の実態に即した指導内容を検討した。
- 地域のスポーツ指導者と連携した指導では、全学年の生徒が指導してもらえるように時間割を工夫した。また、授業前に本時のポイントや安全面の配慮事項の確認などの打ち合わせを十分にを行い、指導に当たっては全体指導と個別指導と役割を分担して、生徒一人一人の体調等に配慮しながら指導を行った。

### Check…取組成果の評価

- 体力に自信をもった生徒が増えた。(36%→80%)
- 体力が向上した。(新体力テストの合計点が平均3.5ポイントUP、A評価が3分の1以上。持久走では、全学年男女ともに県平均を上回った。)



- 外部指導者の協力により、市駅伝大会では男子5位、女子3位に入賞し、目標にしていた県大会出場を男女ともに達成することができた。

### Action…今後の課題

- 「体力に自信がない」(20%)の生徒への指導の工夫→個に応じた指導のさらなる工夫…学習カードの活用やスモールステップで「できた」を感じられる場の設定。
- 体育指導コーディネーターがいない状況での小中連携
- 地域人材のさらなる効果的な活用

### ◎体力の向上の取組がもたらす波及効果

- 密接な小中連携により、安心して学習に取り組み、中一ギャップがほとんどなくなった。
- 地域人材の活用により、より専門的な指導を受けることで、生徒だけでなく教員にとっても指導力の向上を図ることができた。