

多様な活動からアプローチ! 楽しさと達成感を 味わわせるために

いしかわ
福島県石川町立石川中学校

全校生徒数	393名(男子176名 女子217名)		
全クラス数	15	教職員数	34名(内体育教員4名)
運動部活動	10	運動部活動参加率(中学2年)	84.7%
地域の外部指導者の活用(年間延べ人数)			3人

取組時の課題と目的

Plan

1 取組時の課題

男子生徒のほとんどが運動部に所属し、運動への興味・関心が非常に高い。女子生徒は、約9割が運動部に所属しているが、1割の生徒は文化部に所属し、運動への意欲や運動時間が少なく、また苦手意識をもっていると思われる。

2 取組の目的

- ①運動を継続的に行うことにより、体力の向上を図る。
- ②保健体育の授業で、できることの楽しさと達成感をもてる課題設定をする。
- ③運動に参加する機会を多くするように工夫する。

取組の内容

Do

1 部活動の活性化

(1) 朝のトレーニング

朝30分程度で、運動部を中心にトレーニングを行っている。特設駅伝部のほか、各部から約100名が参加し、グループ別のランニングと体力づくりを行っている。各部ともお互いに刺激し合い成果を上げている。また、大会前には抱負を、大会後には結果を報告し合い、健闘をたたえ合うことにより、連帯感も生まれ、意欲的な活動につながっている。

(2) 恵まれた環境・施設

400mの陸上トラック、専用野球場、テニスコート6面、トレーニングコース、体育館バスケットコート2面、武道館、町営温水プール等、恵まれた環境・施設を活用して授業や部活動を行っている。特に山の斜面を利用した1周800mのトレーニングコースでは、体力に応じて目標タイムを設定すること等、工夫した取組が行われている。

2 保健体育の授業における工夫

(1) 課題設定の工夫

「できる」喜びが味わえるように、授業での課題設定を工夫している。柔道の授業では、段階を踏まえた課題設定を行い、固め技の技能を身に付けさせ、試合が楽しく意欲的に行えるようにした。

(2) 運動学習場面の確保のための工夫

教員が場面に応じて、運動のコツを分かりやすく助言できるようにしている。その際、アドバイスはワンポイントで提示できるようにし、運動時間の確保に努めている。

(3) 仲間とのかかわりについて

ペアやグループでの活動を大切にしている。誰とで

もスムーズにグルーピングができ、誰とでも精一杯運動ができる集団作りを常に意識し、仲間とよりよいかかわりの中で運動ができるようにしている。

3 体育的行事への積極的な参加

毎年行われる校内陸上・長なわ跳び大会に向けて、授業や昼休み時間に学級で一致団結して練習に取り組む。学級対抗ということもあり、各学級とも一生懸命に練習に取り組んでいる。

4 地域との連携(ロードレース大会への参加)

町内の小・中学校10校の参加により、ロードレース大会が行われている。小学生が1.5km、中学生が3kmを走り、体力向上につながっている。

●工夫したこと

①部活動の意識改革

部活動においては、ともに高め合う集団作りを意識した。あいさつや礼儀を大切にし、より高い目標に向けて一人一人が意識を高くもち活動できるようにした。

②「できる」喜びをもたせる課題設定の工夫

生徒の実態に応じた教材の工夫や段階を踏まえた課題設定を行い、できる喜びが味わえるようにした。また、できたときに認めてあげられるよう、教員の細かな助言も心がけた。

③主体的な運動への取組

校内陸上大会や長なわ跳び大会では、学級対抗意識をもたせ、生徒中心で練習ができるようにした。また、ロードレース大会は、部活動対抗で競い合うことにより、意欲的に取り組めるようにした。

取組の成果

Check

- ①運動を通して、体力向上はもちろん起床時間や食事の摂取等、健康についても考えるようになり、より意識の高い取組ができるようになった。
- ②授業で運動に苦手意識をもった生徒も「できる」や「楽しい」と感じる生徒が増えてきた。

今後の課題

Action

- ①運動量が十分に確保できている生徒と、そうでない生徒との差が大きくなるよう、日常での運動ができるような工夫が必要だと考えている。
- ②新体力テストの結果や取組の成果等、具体的な資料提示ができるよう工夫したいと考えている。

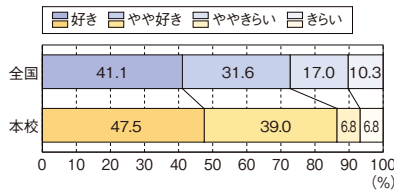
●女子の体力総合評価

総評価	A	16.7
	B	35.4
	D	8.3
	E	6.3
	AB-DE	37.5

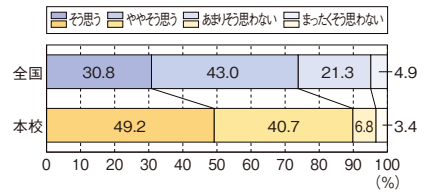
●女子の1週間の総運動時間と割合

	全国	本校
1週間の総運動時間(分)	610.3	853.9
60分未満の割合(%)	29.9	0.0

●【質問14】運動やスポーツが好き



●【質問15】保健体育の授業は楽しい



恵まれた学校環境

●生徒が運動に十分親しむことができるよう授業や部活動で活用しています。

石川中学校運動施設
校地面積 61,049 m²

町テニスコート
テニスコート(6)
土俵

クロカコース

山道をダッシュ!!

快適な温水プールで楽しく泳ごう!

町温水プール 6コース

武進館 441 m²

体育館 2,038 m²

町武進館

校舎

野球場 20,734 m²

校庭(25,615 m²)
トラック(8レーン)

約100名の生徒が参加! 活気あふれる練習が行われています。

柔道の授業の様子

立膝の姿勢から「はじめ!」

右手をあげて、回る方向を確認!

どの組も意欲的に試合をしています。

体育的行事への積極的な参加

●生徒主体で行う校内陸上大会・長なわ跳び大会



広い校庭を使って、屋休みには全クラスが一斉に練習を行うことができます。学級対抗のため、どのクラスも一生懸命練習します。

ロードレース大会

●地域の行事参加

平成25年度 第5回さくらロードレース大会 部活対抗集計表(2.3)

学年	男子	女子
1年生
2年生
3年生

※上位入賞者は部活動対抗になっています。

第7章 運動が苦手・運動しない女子をつくらないために