

## <D 中学校の実践例>

- ① 調査等から見える学校の課題や目標について
  - ・ 運動部活動や地域のスポーツクラブに所属していない生徒が30%おり、日常的に運動を行っていない。(うち14%の生徒は運動時間0分)
  - ・ 運動部活動等に加入している生徒であっても、活動時間以外には運動をすることがほとんどない。
  - ・ テレビゲームやスマートフォン等を1時間以上行っている生徒が男女とも70%を超えており、余暇時間に運動をしようという意識や発想がないことが考えられる。
  - ・ 全校生徒が800人を超える大規模校であるため、様々な取組を行うために、時間や場所の使い方が難しい。
- ② 課題を踏まえた学校の目標について
  - ・ 運動部活動等の加入生徒も含め、余暇時間に進んで体を動かそうといった意欲の向上を図る。
  - ・ 運動を身近なものとして捉え、進んで生活の中に運動を取り入れる態度を育成する。
- ③ 運動の日常化・習慣化に向けた取組事例等について
  - ア 教科体育の授業の中で運動に親しむ時間や話題の設定
    - 「体づくり運動」の単元において、道具を使わない体の動かし方を学習し、班ごとに考えてお互いに発表し合う時間を設けた。
    - 水泳の授業において、全員リレーを行った。各学級体育委員を中心として泳ぐ順番や泳法、タイムを縮める方法について話すように促し、授業以外の場面でも話題になるようにした。終了後は、結果を掲示し賞状を贈った。
  - イ 家庭への啓発を含めた夏季・冬季休業中の取組
    - ラジオ体操カードを使用し、ラジオ体操に取り組むことを「夏季休業中の課題」とした。朝の時間だけに限定はせず、一日のうちに一回はやってみようと呼びかけをし、少しでも取り組みやすくなるようにした。
    - 夏休みと冬休みの計画表の中に、一日の運動時間(ラジオ体操時間含む)の欄を設けた。一日の振り返りとともに運動についても考えるきっかけづくりとした。

### 夏季休業中のラジオ体操に対する保護者の声

- やるなら早起きしてやったらいいんじゃない。 ○今日はやったの? ○宿題でよかった。
- 正しくやったほうが体にいいと思うよ。 ○早起きしてくれるから助かる。
- 部活があるからしなくてもいいんじゃないの。

### ウ 体育委員会による取組

- 全校集会において、簡単にできる3分間ストレッチの紹介を行った。初めての取組だったが、生徒や職員にも好評であり、他教科の授業前等にも活用している姿が見られた。
- 「学級遊びの日」を昼休みに実施した。体育委員が中心となり、学級

全員で運動場で遊ぶ日を設定し、グラウンドの優先開放も行った。体育委員会主催で「球技クラスマッチ」を昼休みに行った。その練習も兼ねて、体育館とグラウンドを学級割り当てとして開放して、体育委員を中心に学級全体で集まって体を動かすことできた。企画・運営は、全て体育委員が行った。学級数が多いため、体育館割り振りをを行うことにも力を注いでいた。

球技クラスマッチについての生徒の感想（1年生対象）

- 楽しかった【はい（94.3%）、いいえ（5.7%）】    ○またしたい【はい（63.3%）、いいえ（36.7%）】
- 昼休みの体育館開放は【よかった（32.8%）、いや（67.2%）】
- 昼休みの体育館開放についての意見
  - ・もっと回数を増やしてほしい、回数が少ない
  - ・場所が狭かったのでクラスあたりの場所を広くするとよい



全校集会でのストレッチング、球技クラスマッチ（体育委員会主催）



体づくり運動の授業の様子

④ 取組の成果と課題について（○：成果、▲：課題）

- 体づくり運動の单元において、道具を使わない体の動かし方を考えて実践し合ったことで、昼休みにグラウンドで遊ぶ生徒が増えた。生徒たちにとって、遊び方を学ぶ貴重な学習となった。
- 夏季休業中のラジオ体操は、85%の生徒が毎日実施した。弟妹と一緒にいった生徒も多く、家庭にも好評だった。運動部活動等未加入の生徒のうち13%は、ラジオ体操がなければ運動を全くしなかったとしている。
- 長期休業中の計画表の中に、運動時間を記入する欄を設けたことで、生活の中において運動を意識させることができた。しかし、冬季休業では運動を全くしない生徒が多かった。「課題」としてラジオ体操を指示したかどうか異なる点である。自ら運動に親しむ態度の育成には至っていないことが伺える。
- 体育委員主催の球技大会は、生徒に好評だった。学級割当てで遊んだり、練習したりする場所が確保されているため、思いきり体を動かしていた。その一方で、割当てがないと遊べないという意見も出てきた。
- ▲ 気温が高い日が続いたため、昼休みの外遊びや体育館使用が禁止となった期間が長かった。昼休みの時間を活用できなかったことは、運動に親しむ機会を激減させることにつながってしまった。暑さも考慮した取組の工夫、「暑いけれどもやりたい」と思えるほどの魅力ある取組が必要であると考える。