

高松市立高松第一中学校 体力向上プラン

【学校教育目標】

夢や目標に向かってたくましく挑戦する意欲をもった人づくり

【本校の現状と課題】

- ①「新体力テストの数値分析の結果（2021年のデータ）」より
 - 全校生の新体力テストの総合評価 $\{(A+B) - (D+E)\}$ の数値がマイナス値である。
 - 上記の数値において、1年男女・2年男についてはマイナス値、2年女・3年男女についてはプラス値となっている。すなわち、本校の課題は生徒の入学時の体力の低さと、体力の男女差にあると考えられる。
- ②「運動に対する意識・運動習慣（2021年2年生の調査結果）」についての分析より
 - 8割以上の生徒が「運動・スポーツが好き」「保健体育の授業は楽しい」と回答している一方、男子の「体育の授業で動きの質の高まりを実感しない」と回答した人数が、女子に比べて多かった。
 - 「難しいことでも、失敗をおそれないで挑戦している」かどうかという質問に対して、男子のうちおよそ4割の生徒が「あまりあてはまらない」「あてはまらない」と回答した。

【取組】

生徒自身の課題把握

- ・体力テストの振り返りを行い、生徒自身が自分の体力の向上に対して目標をもたせる。
- ・各単元の終末で、自分の体力がどのように高まったのか振り返らせる。

保健体育の授業での取組

- ・今行っている運動が、どの体力と関係しているかを分析させたり、体力が高める事で、生活にどのようなメリットがあるのかを価値付けしたりする。
- ・生徒の実態に合わせて、単元毎のゴール設定を明確に提示する。
- ・教員からの直接的な運動指導以外にも、生徒同士の教え合いや学び合いの時間を増やすことで、生徒が肯定的なフィードバックを受ける機会を増やす。

運動部活動や家庭との連携

- ・長期休みの課題として、家族と生徒が関わられるような運動課題を出す。
- ・冬期の放課後、運動部活動に所属している生徒を対象に、体力づくりを目的とした長距離走の指導を行う。
- ・全校の希望者を対象に、各運動部活動顧問の専門性を生かした体力づくりプログラムの実施を企画している。

【目標】

- ①「新体力テストの数値における目標」
 - 来年度の新体力テストにおいて、現1年男女・2年男の総合評価の人数 $\{(A+B) - (D+E)\}$ の数値をプラス値にする。
- ②「運動に対する意識・運動習慣における目標」
 - 男女ともに、課題に対して積極的に挑戦する態度を養い、体育の授業で動きの質の高まりが実感できる生徒を増やす。