

〈様式2〉

## 令和5年度 体力向上における各校の成果(中学校)

福井市

教育委員会

No	学校名		成 果
1	明倫	中学校	全国平均記録と見比べながら体力テストの結果を見ると、上体起こし・握力・長座体前屈の記録が大きく上回る学年が多く、ボール投げの記録も向上していた。また、前年度の記録と見比べてみても、大きく向上していた。これは、毎時間授業始めに行っている補強運動の効果であると考えられる。4月より回数をやり切れる生徒も増えた。
2	光陽	中学校	主体的に学習に参加し、仲間と協力し練習に取り組んだり、改善点を伝え合ったりするなど、粘り強く取り組む姿が数多く見られた。 部活動では、県夏季大会で女子バドミントン部が準優勝、県秋季新人戦で、女子ハンドボール部優勝、女子バドミントン部が準優勝になることができた。
3	明道	中学校	ICT機器の活用で授業後の記録集計のスピード化を達成(次時には、算出されて提示できた)。男子の柔軟性が昨年度より2.5cm向上した(Tスコアが昨年46.3だったため今年度意識して取り組んだ)。体力テストの持久走だけ、男女とも全国平均を上回った。給食における残食量が以前は地区3、4番であったが、今年度は見事地区1位になった。
4	進明	中学校	個別最適な学習の実施に向けタブレットを用いて学習に取り組んだ。カメラ機能を駆使して自己の動きを記録し可視化し、個に応じた課題の発見や改善方法を考えさせるなど活用させた。マット運動の授業では、QRコードから模範演技を取り込んで主体的に学習を進める場を設定し、生徒自らが各自の能力に合わせた技を選択し、学習を深めることができた。また、課題を明確にして学習に取り組めるように、自分の技と模範映像とを1つの画面で比較させるなど使い方を工夫させるようにした。そのことにより、必修課題の「倒立前転」では6割以上の生徒がおおむねできるようになり、運動技能の向上につながったと考える。 OPPシートは、生徒自身の学びの振り返りや学年をまたいだ継続的な学習の記録、教員にとつての授業の振り返り・評価の材料など、有効に活用できている。 グループ活動も多く取り入れたことで、各自の課題に対する取り組みと生徒同士の学び合おうとする姿が多く見られ、他者と関わりながら広い視野で運動に取り組む態度を育てることができたと感じる。
5	成和	中学校	走力の向上を課題とし、自ら目標を設定して取り組んだことで、各学年の1500m・1000mへの取り組みやマラソン大会への参加意欲が高まった。また、冬季の室内で活動する期間に実施した部活動での合同トレーニングは部活動への活力に繋がった。 アンケートの結果「運動することに興味を持ち、課題をもって体を動かしている」と答える生徒は全校で84.4%であった。
6	安居	中学校	学年スローガンを決定し、目標や課題を意識して授業を行った。持久走の単元の最終記録会では自己新記録更新者が続出し、単元の振り返りでは、「目標を持って活動することができた」と回答する生徒が多く見られた。毎年体育の授業で実施している全国小中学生リズムダンスふれあいコンクールでは、本校3年生が予選を突破し見事全国大会に出場した。
7	大安寺	中学校	iPadで運動の様子を動画で撮り、自己評価したり、相互評価したりすることで、より具体的なアドバイスや支援ができるようになった。その結果、運動の技能やコミュニケーション力が向上した。さらに、「書く」ことで振り返り、工夫した活動を主体的にできるようになった。
8	灯明寺	中学校	生徒が目標をもって主体的に取り組む授業や体育的行事が行えるよう、見通しを伝えながら、自分たちでも活動計画を立てさせながら行ってきた。昨年度の課題として「意見を通すだけで責任をもった行動ができていない」という課題があがっていたので、今年は「任せる」という言葉で体育委員に責任をもたせた。1学期の体育祭では特に3年体育委員は常に自分で気づき、考え行動する姿があった。2学期は1、2年の体育委員が昼休みクラスで体を動かし楽しめるレクリエーションを企画し、クラスへの声をかけ、準備から片付けまで率先して行動し、責任を果たす姿が見られた。体育委員の振り返りでも「責任をもって取り組めた」の評価は「しっかりできた」が90%を超え、「できた」を合わせると100%であった。生徒たちが自分たちの活動に対して自覚と責任をもって行動できるようになったのは大きな成果といえる。

9	至民	中学校	<p>体育分野だけでなく、保健分野でも話し合い活動などを通して、課題学習を行った。生徒一人一人が自分の生活や体力・技能状況を把握し、自分自身の課題をもって授業に取り組むことを目指した。ペアやグループでの意見交換を行うことで、自分一人では気づけなかったことに気づいたり、解決法を見つけたりすることができていた。また、導入時に日常生活に関わるタイムリーな話題を取り入れながら、問題意識をもって授業に取り組めるような工夫をした。様々な単元でICTを活用し、自分自身やグループの活動を自分の目で確認し、より良くするための課題解決活動にも役立てることができた。</p> <p>数値で記録が出るものに関しては、最高記録や記録の伸びが上位の生徒を掲示している。それが学校全体の走る意欲を高め、少しずつ持久力強化につながっている。</p>
10	国見	中学校	<p>4年ぶりに開催された遠泳大会では、事故もなく参加生徒が全員完泳することができた。柔軟性を高める運動を意識的に授業に取り入れているため、体力テストでは長座体前屈の記録が1・2年男子、3年女子が全国平均を上回った。</p>
11	大東	中学校	<p>選択種目を増やしたことで、生徒自身が興味関心のある種目を選ぶことができ、より主体的に取り組む姿につながった。それぞれの単元で段階的に技能を高める課題を与えたことにより、技能の高まりを実感させることができた。</p>
12	殿下	中学校	<p>保健体育の授業で、タブレットを活用したことで、お互いの動きに対する関心が高まり、改善点を伝え合ったり次の目標につなげたりすることができた。</p> <p>生活習慣に関する目標を立てることで、適切な睡眠時間を確保しようとしていたり、メディア時間を減らそうとしていたりするようになった。</p> <p>自身の体力向上に対して前向きな生徒が増え、苦手な種目でもがんばろうとする姿が見られるようになった。</p>
13	川西	中学校	<p>学年末のアンケートにおいて、全校生徒のうち98%の生徒が「保健体育の授業が楽しい、やや楽しい」と肯定的に答えた。</p> <p>昨年度のアンケートでは、『保健体育の授業で、目標を意識した学習で「できたり、わかったり」すること』に関して、肯定的に捉えている生徒が8割であったが、振り返りからの課題づくりを継続したことで9割に増えた。</p> <p>第3学年では、課題であった短距離走において、平均で男子0.7秒、女子0.3秒速くなり県平均と並んだ。また、ボール投げにおいて、中1男女、中2男、中3男が県平均を上回ることができた。</p>
14	棗	中学校	<p>準備運動でのランニングや継続して行ってきた5分間走によって、全体的に持久力は向上してきているように感じる。また、ストレッチ運動や体幹運動を継続して行ったことで、動き方に素早さが見える場面が増えてきた。</p>
15	鷹巣	中学校	<p>コロナ禍以前の行事や大会への参加を通して、活躍の場を広げられたため、生徒たちの達成感を得ることができた。また、ICTを授業や部活動で活用することで、自分の意識と実際の動きとの差を把握し、ハードリングやラケットの振り方などの技能が向上した。</p>
16	森田	中学校	<p>毎年度、補強運動を継続的に行うことで、体力テストの種目で校内平均記録が県平均記録を上回る学年があった。特に男子の上体起こしについては全学年の記録が上回った。また、3年間走運動にも力を入れて取り組んだ結果、3年生女子の持久走の記録が県平均記録を上回った。</p> <p>記録を可視化し、運動の必要性や効果を適宜伝えたことで、生徒は目標をもって5分間走や部活動に取り組んでおり、年度当初に比べて生徒の体力は確実に向上している。</p> <p>特別活動では仲間と協力しながら行事の成功に向けて精一杯活動する姿が多く見られた。また、活動を通して礼儀面や忍耐力を養い、新たな目標をもつ生徒が多かった。</p>
17	足羽	中学校	<p>体力テストの結果を見ると、長座体前屈や上体起こしで、ほとんどの学年が全国平均を上回っていた。ストレッチや補強運動を、授業で継続的に行った成果であると考えられる。また、持久走の平均タイムも昨年に比べ、どの学年も縮まっており、特に男子は2年生が17秒、3年生が38秒も縮まっていた。マラソン大会や持久走の授業において、少しでも自己タイムを更新しようと、仲間と切磋琢磨をしながら、意欲的に取り組んだ成果である。また、生徒からの要望で、休み時間の体育館開放を行った。球技大会前には、クラスで練習したいという思いを受け、ボール解放も行き、授業外の時間にも、仲間とともに運動できる機会を増やすことができた。</p>

18	足羽一	中学校	校区の伝統行事である母校訪問駅伝に向けて持久力向上に力を入れた。自分の体力や大会で走る距離に応じて走る時間や距離を自分で決め、仲間とペースを確認し合いながら走った。ストップウォッチの使い方を指導したことで、自分でペースを管理する力が高まった。体育の授業にも主体的に取り組むようになり、少ない生徒でも1.6km、多い生徒では6kmほど走る姿が見られた。年度初めの陸上競技の授業では、動的ストレッチをウォーミングアップに取り入れ、関節可動域拡大を図り、柔軟性の向上が見られた。また、主運動に繋がる補強運動を生徒たちに考案させたことで、目的意識をもって活動できるようになった。
19	藤島	中学校	今年度の授業では、他者との関わりを重要視して授業づくりをした。ペア同士では、記録を伸ばすための方法を考えたりiPadで記録を残したりし、チームでは、作戦会議や創作活動を多く取り入れた。その結果、お互いを認める雰囲気生まれ、積極的に声かけをするなどの関わりが増えた。
20	社	中学校	持久力が高まる取組みを生徒が主体的にできるような工夫を意識して取り入れた。体育委員が選んだ曲でエアロビクスの準備運動を行った。音楽をかけながら走ったり、距離や時間を競ってランキングを出したりした。部活動の合同トレーニングでも、どの部も競い合うように走ること、意欲的に取り組む生徒が増えた。地区駅伝大会で好成績を収めたことで、「来年は自分が選手として走りたい」と述べる生徒が出てくるなど、色々な場面で意欲的に取り組む生徒が増えてきたので、今後、全校生徒にもさらに波及させていきたい。
21	美山	中学校	12月に校内で行った「R5授業についてのアンケート」では、「体育の授業の課題に興味をもって授業に臨んでいる。」に対して、「そう思う」「とてもそう思う」の回答が99%であった。生徒の興味関心を踏まえ、課題の設定を工夫できた。一方で、「体育で学んだことを振り返っている。」に対しては、「思わない」「あまりそう思わない」の回答が16%であった。
22	越廼	中学校	体育で領域、単元ごとに1枚ポートフォリオ内の振り返りとパフォーマンス課題をもとに評価を行ったことで、生徒自身がその領域や単元で何を学んだのかを見やすくし、振り返りをしやすくなった。 持久走の取組みにより、全員の記録が昨年度と比べて向上した。また、持久走の記録だけでなく、脈拍数やペースなどから、走ることの「運動効果」や「走ることの楽しさ」についての記述が一枚ポートフォリオ内に見られた。
23	清水	中学校	運動への愛好度アンケートでは、嫌いが7%、普通20%、好き63%と運動が好きな生徒の割合が多かった。 どの単元でもペア学習やグループ学習を取り入れており、自然に仲間同士のコミュニケーションやアドバイスする姿が見られた。 校内駅伝大会、体育祭、球技大会などの体育的行事で、生徒たちの日頃の練習の成果を発揮することができた。
24	杉坂	中学校	走り幅跳びにおいてICTを活用したことで、踏み切り時の目線や空中動作を意識することができ、記録の向上が見られた。(例:男子 1回目3m11cm→4回目3m80cm)また、見るポイントを伝えることで互いにアドバイスし合う機会を作ることができた。 シールを取り入れることで、「できた」が目に見えてわかるようになり、運動意欲が高まった。記録の伸びも見られた。(例:なわとびで跳べる回数が増えたり、跳べる跳び方が増えたりした。マット運動でできる種目が増えた。)