

令和5年度「エンジョイスポーツプロジェクト」(2年目)

都立足立工科高等学校

【校長名】 鴻野 誠
【学級数】 12 学級
【生徒数】 279 名

- 【特色】
- ・総合技術科を設置。
 - ・2年次から学びたい分野を4つのコースから選択。
 - ・多様な進路に対応。



【目標】

- 現状
 - ・東京都統一体力テストの結果が、東京都平均を下回っている。
 - ・運動に興味・関心が「ない」「どちらかといえばない」という生徒が4割いるが、運動することは9割の生徒が大事と感じている。
- 目的
 - ①生徒に多様なスポーツを経験する機会を設定する。
 - ②運動や健康に関する指導を通じて、卒業後に自立した生活を送る知識や心身の健康についての理解を深める。

【今後に向けた改善事項】

- 目標
 - ・運動に興味・関心が「ない」「どちらかといえばない」という生徒の数を減らす。
- 取組内容
 - ・さまざまなスポーツの体験や映像学習の機会を増やし、生徒の運動に対する意識を変えていく。
 - ・学校に居る教職員がレクリエーションなどでスポーツなどを楽しみ、保健体育の時間だけでなく様々な視点から生徒へアプローチしていく。

【取組内容】

- 運動・スポーツに関する指導
 - ・ピラティス
 - ・ダブルダッチ
 - ・フリースタイルバスケ
 - ・KICKOUT
 - ・タッチラグビー
- 健康に関する指導
 - ・食育に関する内容
 - ・メンタルに関する内容
- 放課後活動
 - ・アルティメット
 - ・タグラグビー
 - ・ヨガ

【成果】

- 生徒は2年間にわたり、授業内外で外部の講師の先生と関わり、スポーツの楽しさや奥深さを学ぶことができた。
- 『こころと身体』『運動・栄養・休養』について、プロの講師の方から最新の講義を聞かせていただき、学ぶことができた。
- プロジェクトとしては、本校の生徒の実態に合わせ、2年目は種目の設定などいくつかの配慮を凝らした。その中で本校生徒の課題が社会性・自主性、積極性の向上であることを再認識できた。

【具体的な取組内容】

- 運動・スポーツに関する指導
 - 1年生：各4時間
 - 2・3年生：各6時間設定
- ＜種目＞
 - ピラティス・ダブルダッチ・フリースタイルバスケ・KICKOU・タッチラグビー
- 健康に関する指導
 - 全学年全2回の授業を設定
 - 食育に関する内容、メンタルに関する内容について理解を深めた。
- 放課後の活動
 - アルティメット・タグラグビー・ヨガを実施した。



【具体的な成果】

- 生徒の感想
 - ・「音楽に乗って KICKOUT をやれて、とても楽しかった。」
 - ・「たくさん走ってとても疲れた。ルールが少し複雑だが、楽しむことができた。」
 - ・「腹筋や太ももの筋肉をちゃんと使っていることがちゃんと分かった。」
 - ・「回す人と息が合うと、跳ぶことが出来た。タイミングが重要だと思う。」
 - ・「一年ぶりのダブルダッチで下手になっちゃいましたが、先生や友達と楽しくやることができました。」
 - ・「普段のバスケットボールでは使わない筋肉を使ったので疲れた。ボール回しを出来るようになりたい」
- 教員の視点
 - ・2年間の取り組みを経て、運動と健康の重要さの理解を深めることが出来た生徒が一定数いた。
 - ・外部の講師の先生との触れ合いから、生徒の社会性が身に付いた。
 - ・外部の講師の先生のアプローチにより、スポーツを楽しむことの理解が深まった。
 - ・保健体育の授業展開の中に色々な種目や取り組みがあった方が生徒の関心・意欲の向上に繋ぐことが理解できた。

【指定後も継続して生徒の多様なニーズに応える運動機会を確保するための取組予定】

- 体育の授業の一環で継続的に取り組む。
- LHR や学年のレクリエーションの時間などで、積極的に取り入れていく。
- 体育祭や体育的行事のなかで積極的に活用をしていく。