

令和6年度「エンジョイスportsプロジェクト」(1年目)

都立江戸川高等学校

【校長名】 白井 克昌 【学級数】 25学級 【生徒数】 978名

【特色】

- ・80年を超える伝統校で地域に根差して発展
- ・進学指導推進校の指定
- ・創立以来「文武両道」の精神



【目標】

- ダンスやダブルダッチなど、専門性の高い種目を授業で扱うことで、様々なスポーツに親しむ機会を作る。
- 睡眠や食事、メンタルヘルスについて専門的な内容を学び、自己の生活をよりよくするための知識を身につける。
- 体力トレーニングやメンタル講座等、より高いパフォーマンスを発揮するための知識を身に付け、実践する。

【今後に向けた改善事項】

- 目標
来年度も、ニュースポーツを中心に様々なスポーツに取り組むことで、自分の適性や体を動かすことの魅力を認識し、生涯にわたって運動と親しむ態度を育てる。
- 取組内容
体育の授業や放課後の活動を通じて、専門的な指導を受けることで、より深くより楽しい運動体験を達成する。
保健の授業等を通じて、健康学習に取り組み、自己の生活習慣を見直す助けとする。

【取組内容】

- 運動・スポーツに関する指導
＜授業＞
 - ・ダブルダッチ ・アルティメット
 - ・ターゲットゴルフ ・ダンス
 - ・ボッチャ
＜放課後＞
 - ・ジャンプカアップ ・スキルコーチ
 - ・栄養講習 ・メンタル講座
 - ・ヨガ教室
- 健康に関する指導
 - ・栄養講座 ・メンタル講座

【成果】

- 体育の授業を通じて様々な種目に取り組み、スポーツへの興味・関心が向上した。具体例としては、2学年において、球技大会でアルティメットを実施した。
- 放課後の活動では、参加した部活動の生徒の考え方やトレーニングへの取り組みに改善が見られた。
また、ヨガ教室には部活を超えたメンバーが集い、交流を深めた。
- 健康に関する指導では、自分の生活を振り返り、栄養面やメンタルヘルスについて、より実践的かつ専門的な学びを深めることができた。

【具体的な取組内容】

○運動・スポーツに関する指導

＜授業＞

ダブルダッチ、アルティメット、ターゲットゴルフ、ダンス、ボッチャを実施した。学年によって実施した種目は異なるが、3年の自由選択ではグラウンドにコースを設置してのターゲットゴルフ、2学年では男女共習でのボッチャ、1学年ではダンスを習い、ダンス発表会まで実施し、それぞれ盛り上がりを見せた。

＜放課後＞

ジャンプカアップ、バスケットのスキルコーチといった実技系の活動や、栄養講習、メンタル講座といった座学、幅広く参加者を募ったヨガ教室など、幅広い活動を実施した。



○健康に関する指導

主に1学年の保健の授業において、栄養講座やメンタルヘルスに関する内容を実施した。また、2学年では学年全体に対して、前向きな行動につながる考え方についての講演を実施した。

【具体的な成果】

- 普段接することのない専門性の高い講師に教えてもらうことで、生徒の興味・関心が増す場面が多くあった。特に1年生は男女共にダンスに取り組み、さらには例年実施しているダンス発表会でも、今年度は男女共に発表するという形式にアップデートすることができ、生徒達の充実した活動につながった。
- 2学年で実施したアルティメットでは生徒からの人気非常高く、専門性の高い講師に受ける指導で種目への興味向上した好事例である捉えている。球技大会での種目アンケートでも、アルティメットが最上位であった。
- 放課後の活動では、目標設定やチームビルディングに取り組んだ部活動において、明確な目標設定をチームで共有する結果につながり、日常の練習においても専門的なトレーニングに取り組み、考え方が前向きに変化した様子がみられた。

【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】

- ダブルダッチやアルティメットなど、本校の用具でも実施可能な種目も多く、生徒からの要望も高いため、授業内での取り組みを計画的に進めていく。またターゲットゴルフなど、一部の用具が不足している種目があり、計画的に予算化していきたい。
- ダンスについては、男女共に発表するという新しい取組につながった。次年度以降も継続していきたい。