

令和7年度「エンジョイスポーツプロジェクト」(2年目)

都立江戸川高等学校(全日制課程)

【校長名】 白井 克昌
【学級数】 25学級
【生徒数】 982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】

- ダンスやモルックなど、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。
- メンタルヘルスや応急手当、スマホとの向き合い方等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。
- 体カトレーニングやメンタル講座など、より高いパフォーマンスを発揮するための知識を身につけ、実践する。

【今後に向けた改善事項】

- 目標
保健体育科全体として、ニュースポーツやダンス等について深い学びを得ることができた。次年度以降も様々な場面で指導に活かしていきたい。
- 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
 - ・モルック＜放課後＞
 - ・ジャンプカアップ
 - ・スキルコーチ
 - ・球速アップ
 - ・メンタル講座
 - ・フィジカルトレーニング
- 健康に関する指導
 - ・応急手当
 - ・メンタル講座
 - ・スマホとの向き合い方

【成果】

- 体育の授業を通じて様々な種目に取り組み、スポーツへの興味が向上した。具体例としては、モルックの授業の際の生徒の盛り上がりやダンス発表会の成功などに成果を感じている。
- 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方に改善があった。男子バスケットボール部では、生徒が自主的に練習に取り入れ、実践していた。
- 健康に関する指導では、生徒が自分の生活を振り返り、心理的な安定やスマホとの向き合い方について、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、モルックといったスポーツを実施した。学年によって実施した種目は異なるが、3年の自由選択の授業では、グラウンドにコースを設置してターゲットゴルフを行った。2学年では、男女共習でのモルックを実施した。1学年では、男女でダンスの技術を学び、発表会を実施した。それぞれ盛り上がりを見せた。

＜放課後＞

ハンドボール部(球速アップ)、男子バスケットボール部(スキルコーチ)、女子バスケットボール部(フィジカルトレーニング)といった実技系の活動を中心に、専門的な活動を実践し、知見を深めた。



○健康に関する指導

主に1・2学年の保健の授業を通じて、応急手当やメンタルヘルスに関して、授業の内容をさらに深めることができた。また、1学年ではスマホとの向き合い方について講義を受け、自身の生活を振り返るきっかけとなった。

【具体的な成果】

- 専門的な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んだ。例年実施しているダンス発表会では、男女で発表する形式で行い、より発表会を充実させることができた。
- 3学年の選択授業では、ターゲットバードゴルフ、モルック、シッティングバレーなど、様々なスポーツを実践することができた。また、器械体操においては生徒自身が今後、他人にスポーツ指導を実践するというのも踏まえた内容となり、非常に高い効果があった。
- 放課後の活動においては、実践した部活動において、普段以上に充実した専門的な取り組みとなり、生徒が意欲的に取り組む姿が見られた。また、顧問自身の学びにもつながり、科学的な根拠に基づいた最新の知見を学ぶことができた。

【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】

- 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、授業内での取組を計画的に進めていく。また、モルックやターゲットバードゴルフなど用具が不足している種目の、物品の購入を検討する。
- ダンスについては、男女での発表という共修の取り組みをさらに発展させることができた。次年度以降も継続していきたい。