

## 令和6年度「エンジョイスポーツプロジェクト」(1年目)

### 都立立川国際中等教育学校

【校長名】 横田 雅博  
【学級数】 24学級  
【生徒数】 904名



【特色】  
教育目標として「国際社会に貢献できるリーダーとなるために必要な学業を修め、人格を陶冶する」を掲げる。

#### 【目標】

- 生徒の多様なニーズに応えることのできる運動機会を設定し、生徒がスポーツを楽しむことのできる環境を創出する。
- 健康的な生活習慣の実践を通じた生徒の資質・能力の向上を図る。
- 本校の学習活動の中核である「国際教育」「探究的な学び」の充実に好影響を与えられるよう関連付けて、その成果として高いレベルでの進路実現を果たすことのできる生徒の育成を目指す。

#### 【取組内容】

- 運動・スポーツに関する指導
  - ＜授業内の実施＞
    - ・後期課程全学年の授業で実施
    - ・年間指導計画に基づき各競技を実施
    - ・従前とは異なるアプローチでの取組
  - ＜放課後の実施＞
    - ・部活動単位で実施
    - ・プログラムごとに参加部活動を募集
- 健康に関する指導
  - ・本校の生徒の課題に合わせて実施

#### 【今後に向けた改善事項】

- 目標  
授業内の実施については、非常に充実した活動を実施できた。通常の授業との連携を見据えた年間指導計画を検討していく。  
放課後の実施については、本年度は部活動単位での実施となったため、今年度の取組をより広く校内に還元できるように参加方法を検討していく。
- 取組内容  
保健体育科内での指導内容の共有や学年単位での参加申込を推進する。

#### 【成果】

- 運動・スポーツに関する指導  
本校でこれまで系統立てて計画的に指導を行ってきた種目についても、異なる角度から取り組むことにより、運動・スポーツへの興味・関心を従前以上に高めることができた。  
特にこれまで運動・スポーツに授業以外では取り組むことが少なかった生徒が、積極的に参加する機会を多く創出することができた。
- 健康に関する指導  
保健の授業で学んできたことを、より具体的に深く学ぶことができた。

#### 【具体的な取組内容】

##### ○運動・スポーツに関する指導

体育の授業及び放課後の時間に年間指導計画に基づき各種目に取り組んだ。新たな競技に取り組むことにより運動・スポーツの楽しさを体感することにつながっただけでなく、これまで取り組んだことのある種目についても新しいアプローチで実施することができたことから、従前以上に充実した活動を進めることができた。

＜実施種目＞

- ・バレーボール ・バドミントン ・アルティメット ・卓球 ・水泳 ・サッカー
- ・バスケットボール ・テニス ・ヨガ ・ボクササイズ ・ダブルダッチ
- ・ピラティス ・ストレッチ ・ターゲットゴルフ ・ライフキネティック

##### ○健康に関する指導

保健の授業及び放課後の時間に取り組んだ。運動・スポーツを行う際だけでなく、日常生活にも役立てることができる内容を中心に学ぶことができた。

＜実施内容＞

- ・メンタルコントロール、モチベーションコントロール、熱中症対策

#### 【具体的な成果】

##### ○運動・スポーツの魅力の理解

本プロジェクト開始前の調査では、スポーツの実施状況について「ときたま」「しない」と回答した人数が非常に多く、特に女子は過半数が運動習慣や機会がない状況であった。今回のプロジェクトを通じて体育の授業とは異なる視点で競技に取り組むことができたため、多くの生徒が運動・スポーツの楽しさを感じ取ることができた。

##### ○運動・スポーツを実施するきっかけづくり

通常の体育の授業では取り扱わない種目を実施したが、家庭でも気軽に実施できる内容が含まれていたため、運動・スポーツを始めるきっかけをつくることができた。

##### ○健康に関する知識の習得

日常から運動・スポーツに取り組む生徒が多くないことから、安全に実施することに課題があった。近年の夏の暑さの中を健康的に過ごし、運動・スポーツを実施するための知識を着実に身に付けることができた。

また、メンタルコントロールやモチベーションコントロールなど、運動・スポーツを実施する際だけでなく、日常生活にも活用できる知識を身に付けることで、学校生活の充実を図ることにつながることができた。

#### 【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】

- 指定期間に実施した種目の指導方法を保健体育科の教員間及び部活動の顧問間で共有することで、今後の本校の指導の充実につなげる。
- 指定期間中の指導を受けた生徒が種目の練習方法等を指定期間終了後も引き継いでいくことにより、本校の運動・スポーツの活動の充実を継続させていく。
- 運動・スポーツに取り組むマインドセットを校内で維持していく。