

府中市立府中第九中学校（2年目）

【校長】 齋藤 弘忠
 【生徒数】 421名
 【学級数】 12学級



次の取組へ

【課題・改善】

- 各教科、授業の中で「健康教育」について触れられるのは導入などのわずかな時間である場合が多かった。各教科の授業アイデアについて来年度以降も研究・実践に繋げていく。
- 「運動やスポーツをすることは楽しい」の割合が6月と比較し98.4%に増加した。運動やスポーツを楽しみながら、運動やスポーツの時間を伸ばしていく必要がある。
- 1日の運動時間が1時間以上の割合は80.8%だったが、週3日以上運動を実施する割合は88.9%だった。昼休みに体育館を活用する等検討していきたい。

目標・週3日以上運動を実施する生徒（90%以上）
 ・1日の運動時間が1時間以上（80%以上）
 ・運動することが好きな生徒（90%以上）

【成果】

- 1-① 週3日以上運動を実施する生徒（88.9%）、1日の運動時間が1時間以上（80.8%）、運動することが好きな生徒（98.4%）
- 1-② 体力テストの結果と、自己の課題である種目の補強運動を一人1台端末でみることができるとともに、自宅等で主体的に運動へ取り組む生徒が増加した。
- 2 各教科の授業を通して、自分の健康、体力向上に関する課題に気付き、課題解決に向けての視点、取り組むきっかけを作ることができた。
- 3 一人1台端末を活用した身体計測では、保健の授業で「発育急進期」と関連させたことで、健康への意識向上や生活習慣を見直す意識が高まった。また、睡眠を大事にする生徒が増えた。

【1年目における実態・課題】

【実態】

- 週3日以上運動している生徒…79%
 - 1日の運動時間が1時間以上…81%
 - 運動することが好きな生徒…87%
- ⇒体力向上に向けた様々な取組を通して、生徒一人一人が体力を向上させることに興味をもつことができている。

【課題】

- 運動が好きという質問に対して二極化が顕著になった。そこで、運動と健康の関わりについての理解を深め、積極的に運動に関わろうとする資質を育成する。

【取組】

- 1 授業（保健体育科）での取組
 民間企業の協力のもと、一人1台端末で体力テストの記録を集計し、生徒が体力テストの数値の変容、AI機能で結果に関するコメントや記録が低い種目に関する動画を観ることで、主体的に運動へ取り組む姿勢を育てる。
- 2 教科横断的な視点や校種間の連携を踏まえた指導法の開発
 保健体育科の授業実践だけでは難しい日常生活と健康との関わりを他教科の授業を通して、生徒への意識付けを行う。
- 3 保健室との共同による健康に関する意識の向上
 年に数回、身体計測を実施し、東京都の平均と比較する。その上で、保健の授業で健康三原則の中の睡眠をピックアップし、各国の睡眠時間と平均身長を比べたり、気候による身長の違いについて考えたりさせ、健康への意識向上、生活習慣の改善につなげる。

【取組（詳細）】

○保健体育科における1人1台端末の活用

一人一台貸与されているタブレット端末を効果的に活用する取組を考え、実践した。具体的に以下の活用が効果的であった。

- 見本の動きを動画で確認する。
- ジャムボードの活用
 カーソルを使った作戦タイム
 付箋機能を使った話し合い活動
- 個人の振り返りシート



○教科横断的な視点や校種間の連携を踏まえた指導方法の開発

2年国語「短歌」の単元では、短歌の知識を学んだ後に、躍動感あふれる「陸上競技」の複数の写真を見てイメージを膨らませ、短歌を創作するという授業を行った。創作後は句会を行い、他者の様々な表現を交流した。生徒作品の中には写真に写っている競技者の筋肉の動きや、スタートダッシュの態勢の作り方などにも着目して表現されたものも多かった。普段の体育の授業で学んだ「運動」についての知識が創作に生かされていることが分かった。



○外部人材等と連携した指導方法の開発

「現代的なリズムのダンス」の授業の講師として依頼しているダンスインストラクターの笠井千裕氏の協力のもと、楽しみながら体で表現するとともに、リズム感の育成や体幹等の基礎的な体力の向上、そして、コミュニケーション能力向上につなげた。今回の授業では、学年ごとに一つの作品を作り上げ、来年度の運動会で保護者や地域の方々に披露する場を設ける計画である。1980年代に流行した洋楽を使用することで保護者でも親しみやすいと考えた。また、英語の授業で使用する洋楽を取り上げ、歌詞の意味を掴みダンスに生かすことも行った。



○保健室（養護教諭）と連携した健康に関する意識の向上

夏休み明けの2学期、学級ごとに身体計測を実施した。一人1台端末に自分の計測値を入力することで、東京都の平均と比較しやすくした。その結果、成長することに喜びを感じ、健康への意識向上、生活習慣の改善につなげられると考えた。そして、望ましい発育・発達のためには、健康三原則が大切という深い学びに繋げていった。

