

都立東大和学校（2年目）

【校長】 加藤 武
【生徒数】 840 名
【学級数】 21 学級



次の取組へ

【課題・改善】

- ・朝食を毎日食べている生徒が7割を超えていたが運動前の補食が5割だったので7割以上を目指す。運動後の補食は6割越えだったので8割を目指す。
- ・新たなスポーツに触れたり、支える立場からのスポーツとのかかわり方を学習できたので、今後進路選択の一つや進路先での活動の選択に役立てられればよいと考える。

【実態・課題】

- ・「運動・スポーツをすることが好き」の割合が比較的高く、8割が運動部に所属し高いレベルで活動を行っている。
- ⇒現在行っている競技だけでなく、幅広い視野で他の競技にも目を向ける。
- ⇒運動・スポーツへの関わりを「する」だけではなく「支える」や「考える」といったものに拡大させる。

目標 ・体力、運動能力調査の更なる向上。(評価 A ランク 80%以上)。
・自己分析能力の向上、多角的な視野で運動・スポーツをとらえる。

【成果】

- ①一人1台端末を活用することで、フォームの改善や分析に役立てることができた。大型モニターを活用することで、仲間と課題を共有することもできた。
- ②アルティメットやラクロスというニュースポーツに触れ、新たな興味・関心を与えることができた。
- ③栄養講習会を通じ、体づくりと食事の重要性だけではなく睡眠やスマートフォンとの関係まで学習することができた。

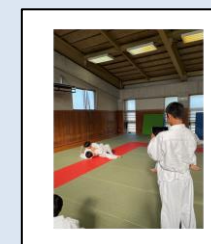
【取組】

- 授業（体育科）での取組
 - ・一人1台端末を活用し、映像分析の実施。
- ニュースポーツと触れ合う機会を設ける
 - 現在行っている競技以外の競技にも興味関心をもたせる。
- 特別活動において栄養講習会の実施
 - 栄養講習会を通じて、運動と栄養の密接な関係を知識として身に付けるとともに、「支える」立場での運動・スポーツとの関わりに興味・関心をもたせる。

【取組（詳細）】

○ 保健体育科における人一台端末の活用

- ・授業内で一人1台端末を活用し、フォーム改善やゲーム分析に役立てている。
- ・柔道のフォーム確認（写真1）
抑え込み時の重心の位置や引き手と釣り手の関係に気づき、改善が見られた。
- ・ハンドボールのゲーム分析。ハンドボール部の試合映像と比較し守備の方法などを分析し、実際の試合に役立てる。守備の足の位置と体の向きやスクリーンプレーに改善が見られた。



柔道の授業で端末を利用し、フォームの確認と振り返り。(写真1)

○ ニュースポーツと触れ合う機会を設ける

- ・部活動には無い種目（ニュースポーツに取り組む。アルティメットやラクロスなど普段の授業や部活動では触れることの少ないスポーツに取り組むことにより広い視野でスポーツをとらえさせ、更なる興味関心を育む。
- ・日本体育大学ラクロスサークルを招き、体育選択の授業内でラクロスの体験授業を実施した。基本練習から簡易ゲーム、最後は大学生による実演まで今まで触れたことのないスポーツに触れ、生涯スポーツにつながる良い機会となった。



日本体育大学ラクロスサークルとの実技体験会。3年生体育選択講座の生徒対象。

○ 特別活動における栄養講習会の実施

- ・株式会社キーメイン代表取締役社長長峯誠氏による栄養講習会を全学年に向け実施。
- ・食事の重要性、食事と運動・スポーツとの関係性、一流選手の取り組み、睡眠の重要性（スマートフォンとの関係性）など多岐にわたり講演。



株式会社キーメイン代表取締役社長長峯誠氏