

東京都立小平西高等学校(2年目)

【校長】 西澤 博光
 【生徒数】 807名
 【学級数】 21学級



次の取組へ

【課題・改善】

- 豊富な予算により外部人材の活用や体育用具の充実を図ることができた。
⇒今後は地域との連携や高大連携など、予算に頼らない形で発展させることが必要である。
- 2年間の取組結果から、朝食の欠食率や運動意欲等複数の項目で改善が見られた。
⇒健康教育を全教員に発信し、学校全体の組織的な取り組みとして発展させることが必要である。

目標

- ・学校質問紙調査「運動をもっとしたい」の質問に対する肯定的な回答が、男子80%以上、女子65%以上にする
- ・一人1台端末の活用により、自身の運動課題の解決方法を理解できた生徒の割合を70%以上にする。(学校独自の授業後アンケート)

【成果】

- 多様な運動機会の創出
・学校質問紙調査「運動をもっとしたい」に対する回答において、全校生徒の70%超の生徒が肯定的な回答をした。
- 外部人材との連携
・ヨガ講師の授業後アンケートでは9割以上の生徒が「楽しい、またやりたい」と回答し、8割以上の生徒が一人1台端末の活用により自身の運動課題の解決方法を理解できたと回答した。
- スポレク部の工夫・改善
・昨年度参加率の低かった女子生徒や運動が苦手な生徒も参加しやすい種目を積極的に導入した。

【1年目における実態・課題】

- 本校の生徒は運動機会の二極化傾向が見られることが課題である。
⇒生徒が自身の運動能力やライフスタイル等、個に応じた運動との関わり方を身に付けることが必要である。
- ⇒運動課題の改善には、一人1台端末を活用した動作分析や改善点の考察など様々な方法があることを学ぶ必要がある。

【取組】

- 外部人材との連携により、多様な運動機会を創出する。
・専門的な指導を通して生徒の運動への興味関心を高める。
・運動が苦手な生徒も積極的に継続できる種目を体験させる。
- スポレク部の実施において昨年度の課題を改善する。
・女子生徒でも参加できる企画を考案する。
・ネット型種目や、非接触型の種目など、運動が苦手な生徒も参加しやすい種目を導入する。

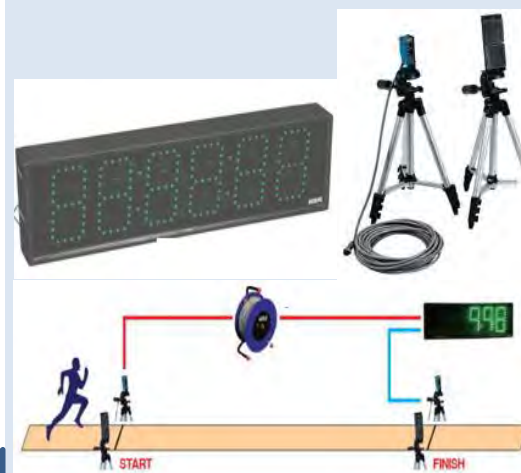
【取組(詳細)】

○ 外部人材の活用による多様な運動機会の創出

1年生と2年生、および教職員を対象にゲストティーチャーによるヨガの授業を行った。マイペースで続けられる動作や、ペアワークで学び合いを活かしながら楽しむことを優先とした内容で授業を展開した。一人1台端末を活用しお互いの動作の確認、修正を繰り返し基本動作を身に付けながら楽しむことができた。またアンケート結果からほとんどの生徒が「今後も継続したい」など運動に対する肯定的な回答が見られ、運動機会の創出に向けてよい機会になった。



○ センサータイマーの活用による走動作の科学的分析



保健体育科において、50m走の計測や陸上競技においてセンサータイマーを活用した授業を展開した。

【成果】

- ・効率的・効果的な計測が可能になった
- ・生徒主導の体力テストの実施が可能になった
- ・区間タイムの測定等、科学的な分析から自分の課題に応じた練習方法の立案が可能になった
- ・正確なタイム測定による生徒のモチベーションが向上した
- ・部活動においてパフォーマンスが向上した。

○ スポレク部の工夫・改善

スポレク部の運営では昨年度の反省を踏まえ、女子生徒や運動が苦手な生徒でも積極的に参加できる種目を導入した。また、部長会では生徒主体で運営方法を考えるなど「する・見る・知る・支える」という視点からも運動に関わろうとする意欲を高めることができた。

