

## 中野区立中野学校（1年目）

【校長】	【生徒数】	【学級数】
田代 雅規	368名	10学級



次の取組へ

### 【課題・改善】

- ・持久走の単元では記録ログを細かく取ることで、生徒個々の成長がより実感できた。今後は他の単元においても、記録ログを積極的に活用したい。
- ・タブレットを使用した生徒同士の学び合いの機会を増やしたことで、授業参画の意欲が向上した。日頃の運動機会や自分自身の健康についての興味・関心の向上についても調査したい。
- ・授業での食育や委員会活動を通じて、給食を残さず食べる割合が高まってきた。今後は栄養のバランスを実体験できるセレクト給食などを取り入れていきたい。

### 【実態・課題】

- ・50m走・持久走・立ち幅跳びの値が低いことが判明した。  
⇒生徒の運動・スポーツへの興味・関心を高めながら、全身持久力を高める。
- ・バランスの良い食生活を意識していない事が判明した。
- ・給食を残さず食べる割合が50%と低いことが判明した。  
⇒6つの基礎食品群を意識した食生活の確立に向けて意識を高める。また運動、休養とのバランスにも触れ、豊かなスポーツライフへの志向を醸成する。

目標 学校教育全体で取り組む生徒の体力向上と健康教育

### 【成果】

- ①体育科の授業（1年生）  
持久走のタイム  
男子(1500m)7:03→6:44（都平均以上）  
女子(1000m)5:14→4:48（全国平均以上）
- ②意識の向上（全校）  
「自己の課題に応じて健康について意識して生活していますか」の質問では肯定的な回答が、6月のアンケート結果よりも12月の結果が16%向上した。
- ③健康教育（全校）  
給食を残さず食べる生徒の割合  
毎日残さない  
6月 49% → 1月 59% 増加  
週1～3日残す  
6月 40% → 1月 30% 減少

### 【取組】

- 授業（保健体育科）での取組**
- ・グループ学習での教え合いを主とした授業展開し、個々の体力、技能に応じた最適な学びの選択をできるようにする。
- 授業（家庭科）での取組**
- ・6つの食品群を活用し、自分の朝食の取り方についての振り返り、6つの基礎食品群を意識させる。また、実際にバランスの良い食事作りを実施する機会を設定する。
- 「体力向上・健康教育」講演会を実施**
- ・野球日本代表前監督の栗山英樹氏を招へいし、運動・スポーツへの興味・関心を高める。

## 【取組（詳細）】

### ○ 個別最適な学びを実現する授業の実践（保健体育科）

#### Google Classroomの活用

競技紹介動画、自分の動画を撮影して記録ログとして保管、スプレッドシートによる対話的な学びで、「いつでもどこでも何度でも」手軽に振り返りが行えるようにした。

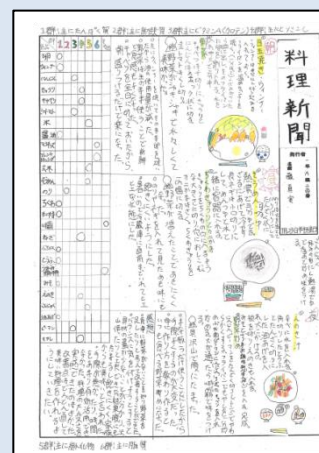
#### 選べる選択肢を増やした課題への取組

球技全般では1種目につき平均8種類以上の課題別活動、水泳や長距離走では、20種類以上あるメニュー表から、課題に応じて選択したり、教えあったりできるように改善した。選択し工夫するような実践を推進した。



体の使い方を一人1台端末で撮影

### ○ バランスの良い食生活を意識させる授業の実践（家庭科）



1日のバランスの良い食事づくりと食事新聞

自分の1日の生活を振り返りながら健康の基本の食事の取り方を考えさせた。朝食をとることの大切さと、栄養素の偏りが無い献立について、6つの基礎食品群に分けて分析を行った。

また、『1日分のバランスの良い食事を作ろう』と課題を出した。6つの基礎食品群を考え、バランスのよい食事を家族と一緒に考え、作ることで意識を高めた。

### ○ 「体力向上・健康教育」研究 講演会を実施 栗山英樹氏

野球日本代表前監督の栗山英樹氏を招き、野球を通じて取り組んできた話を中心に、WBC優勝までの軌跡など、生徒たちが運動・スポーツへの興味・関心を高める機会をつくることができた。当日は、生徒からの質問コーナーもあり、栗山さんからは現役時代からの野球への関わりや意識の持ち方、WBC期間中の裏話などたくさん話を聞くことができた。近隣の小学校6年生を招待し、保護者も参加したとても有意義な講演会となった。



講演会での栗山英樹氏