

# ■ 熊本県立天草支援学校 ■

## 1 平成 28 年度新体力テストの結果による取組の計画 PLAN

### (1) 平成 28 年度の生徒の体力状況及び現状と課題

高等部 54 人で新体力テストを実施し、男子は立ち幅とびやハンドボール投げ、女子は反復横とびや持久走、ハンドボール投げで大きく県平均を下回った。個々の体力差も大きく、新体力テストの実施が難しい児童生徒もいる。また、日頃の運動が体育の時間のみという児童生徒もいる。課題改善のためには、各学部の体育授業の内容に系統性を持たせ、12 年間で学びの積み重ねができるようにし、体育授業の充実を図っていくことが大切である。そして、児童生徒が運動に親しむことができるようになるための取組が必要である。

### (2) 平成 28 年度の取組の計画

#### ア 体育の授業の充実

(ア) 毎朝行う体育では、持久走やサーキットトレーニング、体づくり運動を行い、総合的に体力を高める。

(イ) 各学部の体育授業の内容に系統性を持たせ、発達段階に応じて様々な運動に取り組む。

(ウ) ラジオ体操第一、笛の合図等を各学部で統一する。

(エ) 体育係などを設け、生徒が運営に参加し、主体的に運動に関わることができるようにする。

#### イ 体育的行事への積極的な参加や内容の充実

(ア) あまリンピック（運動会）、マラソン大会の実施。

#### ウ 長期休業における体を動かす機会の設定

(ア) 『すこやか元気教室』の実施。



あまリンピック



小学部：マット運動



中学部：体ほぐしの運動

## 2 平成 28 年度の具体的実践 DO

### (1) 体育の授業の充実

ア 中学部・高等部で毎朝行う体育では、年間を通して 10 分間走に取り組んだ。また、サーキットトレーニングや体づくり運動の内容は、体力テストの課題から考え実施した。

イ 各学部体育担当者会を年 3 回実施した。年度当初と夏季休業中は、内容の系統性や指導上の工夫等について話し合い、体育免許保有者からのアドバイスを授業の中に生かしていけるようにした。年度末は、次年度の教育課程について意見交換を行い、体育の充実を図った。

ウ ラジオ体操第一、ストレッチを全学部準備運動として実施。笛の合図を統一し、メリハリを持ち集団として行動できるようにした。

エ 体育行事や体育の授業での進行や準備運動、試合結果の報告等に児童生徒が積極的に参加し、主体的に活動することができるようにした。

### (2) 体育的行事への積極的な参加、内容の充実

ア あまリンピックでは、全児童生徒が参加する徒競走や応援団、学部競技など様々な種目を実施し、一人一人が達成感を味わえるように取り組んだ。

イ マラソン大会では、個々の実態に応じた 3 つのコースのエントリー制に

し、一人一人が目標を持って取り組んだ。

(3) 長期休業期間中の体を動かす機会の増大

ア 養護教諭、栄養教諭を中心として『すこやか元気教室』を7月・12月・3月に実施し、積極的に呼びかけを行い、多くの児童生徒の参加があった。

### 3 平成28年度の取組の評価

## CHECK



準備運動

(1) 体育の授業の充実

ア 中学部、高等部においては、年間を通して毎朝体育を位置付け、運動を行う習慣付けができた。10分間走では、何周走るか目標を設定し、意欲的に取り組むことができた。サーキットトレーニングや体づくり運動の種目を体力テストの課題等から構成することで、その種目を実施する必要性を支援者も理解し、共通理解を図りながら個々に応じた支援を行うことができた。総合的に体力を高めることができつつある。

イ 計画的に体育担当者会を実施することで、指導内容等の系統性を図ることができた。小学部（様々な動きを経験する）→中学部（様々な運動を経験する）→高等部（自分に合った運動を選択する）という系統性を持たせた体育の実施に取り組むことができている。また、指導方法等についてのアドバイスを授業の中で生かすことで、体育の授業が充実してきている。

ウ 全学部でラジオ体操第一とストレッチを準備運動で実施し、全員が準備運動の方法を身に付けることができた。全学部の体育授業の流れが統一され、内容が精選されたことで、運動量を確保することができるようになった。

エ 体育系の生徒を中心に授業に積極的に参加し、主体的に運動に関わることができた。休み時間は、積極的に友達を誘い、ルールを守りながら楽しく活動する生徒の姿がある。



授業への参加

(2) 体育的行事への積極的な参加、内容の充実

ア あまりニピックに全校あげて取り組んだことで、学校として一体感を持つことができた。徒競走や各競技に積極的に参加し、一人一人が達成感を味わうことができた。

イ マラソン大会に向けて目標カードを作成し、一人一人が目標を持ち練習から全力で走ることができた。多くの児童生徒が昨年度の記録を更新し、各コースの新記録も塗り替えられた。また、大会当日は交通指導や応援など多くの地域の方々の参加・協力を得ることができた。



マラソン大会

(3) 長期休業期間中の体を動かす機会の増大

ア 長期休業に入る前に『すこやか元気教室』を実施し、個々にあった運動を実施することができた。実施内容を家庭に周知し、毎日の運動や生活の記録をつけてもらい、保健指導等に生かすことができている。



地域のみなさんの応援

### 4 平成29年度の計画

## ACTION

(1) 今年度の取組を継続し、様々な運動を通して生徒が自分自身の体力を高めていけるように実践していく。また、パラリンピック、スペシャルオリンピックス等で実施されているスポーツにも積極的に取り組み、卒業後も生徒が目標を持ちながら運動に親しむことができるようにする。

(2) 家庭や地域との結びつきを深め、体育的活動が充実していくようにする。