

■ 県立熊本商業高等学校 ■

1 PLAN(平成30年度新体力テスト結果による課題と目標)

(1) 生徒の実態及び体力状況の課題について

【H30 新体力テスト↓】

ア 生徒の実態

- ① 生徒数：1,099人(男子393人、女子706人)
- ② 運動部活動加入生徒数：553人(男子284人、女子269人)
運動部加入率：50.2%(男子72.3%、女子37.9%)
- 生徒数に関しては例年ほぼ変わらないが、運動部活動加入率は、女子は37.9%(H29年度40.8%)と減少傾向になっており、女子生徒の体力低下が心配される。

学年	1年生		2年生		3年生	
性別	男	女	男	女	男	女
握力	◎	◎	◎	◎	◎	◎
上体おこし	◎	◎	◎	◎	◎	◎
長座体前屈	◎	◎	◎	◎	◎	◎
反復横跳び	◎	◎	◎	◎	◎	◎
持久走*	◎	◎	◎	◎	◎	◎
50m走	◎	◎	◎	◎	◎	◎
立ち幅跳び	◎	◎	◎	◎	◎	◎
ボール投げ	◎	◎	▼	◎	◎	◎
◎の数	8	8	7	8	8	8
▼の数	0	0	1	0	0	0

*シャトルランの記録でも可

イ 平成30年度新体力テスト結果による課題

平成27年度～平成30年度まで熊本県学校体育優良校に選出されており、生徒の体力状況は非常に高い。

- 男子：2年生(現3年生)のボール投げが県基準値を下回り、投技術の習得だけでなく、握力の数値も他学年よりも低い数値になっている。
- 女子：全学年・全種目で県基準値を上回っている。しかし、運動部活動加入率の低下の要因もあり、シャトルランの数値が減少傾向にある。

(2) 体力向上に関する学校目標

ア 授業における取組目標(具体的な取り組み目標)

- ① 授業導入時の体操、補強運動の徹底と体育授業における怪我の防止
- ② 楽しい中にも競争意識を持ち、達成感が味わえる授業の工夫
- ③ 客観的数値が提示できる種目の過去のデータの比較による動機づけ
- ④ 事故の未然防止と発生時の迅速な対処。保健部との連携

イ 「教師の4大行動」の実践(平成27年度からの本校体育科の授業実践目標)

- ① インストラクション：説明、指示、演示など
- ② マネジメント：管理、グループ分け、事前準備など
- ③ モニタリング：観察、巡視など
- ④ インタラクティブ：称賛、助言、励まし、発問/応答、フィードバックなど
- アの目標を達成するために、イの「教師の4大行動」を常に意識した授業作りを行うように体育科教科内で協議して実践する。

2 DO(目標達成に向けた実践)

(1) 体育授業の充実

ア 導入時の体操、補強運動の徹底と怪我の防止

- 授業導入時のラジオ体操、ストレッチ、補強運動の時間を体力向上のための一番の機会と捉え、担当教師3人で以下のように役割を決めて指導した。(女子授業：3学級合同)A 模範指導 B 巡回指導 C 安全観察(健康観察)

【重点項目：①インストラクション③モニタリング】

イ 運動時間の確保

- 授業前の準備、グループ分け等、体育委員を中心に行い運動時間確保に努めた。また、学習効果に直接つながらない活動(移動や休憩、待機)の場面を工夫して学習者の行動を効率的に管理して授業を行った。【重点項目：②マネジメント】



【導入時の補強運動】



【運動時間の確保】

ウ ICTやホワイトボードの活用

- 授業内容や授業のめあて、グルーピング等の説明はホワイトボードで行い、動きの評価・観察はICT機器を活用して行うことで、生徒の理解を深め、学習効果を高めた。

実際に、直前まで行った動画を生徒に見せることで「この時にどうすればよいか」などの発問をしやすくなり、また生徒が視覚的に理解することで、その後の学習行動が大きく変わるきっかけを作ることができた。



【ICT機器の活用】

【重点項目：①インストラクション④インタラクティブ】

エ 授業カレンダーの作成

- 毎週行う体育科教科会で現状の授業進捗状況や残りの授業時数、単元時数の確認・調整を行い、全ての授業グループで授業機会を均等に設定することができた。

元年度3学期授業時数 R1.12.29

学年	1学期					2学期					3学期				
	10	11	12	13	14	10	11	12	13	14	10	11	12	13	14
1年															
2年															
3年															

【授業カレンダー】

【重点項目：②マネジメント】

(2) その他の体育的活動等について

ア 体育科便り ACTIVE KUMASHO の発行

- 毎月体育科便り ACTIVE KUMASHO を発行して各部活動の活躍や、体育的行事、体育授業の取組など全校生徒に紹介することで体育に関わる様々な事柄に関して興味・関心を高めることができた。

ACTIVE KUMASHO 発行
熊本南高等学校 体育科
文責 sudamatsu 2019.9.21 VOL.59

ICTを活用

ICTを活用した授業を体育科の目標として掲げていますが、先日、1年女子ハードルの授業でフォームチェックの時間を削ぎ、タイミングの取り方を確認しました。映像を使っている授業は、設備と時間割の関係でなかなか時間をとることができませんが、体育館の授業ではできる範囲で行ってほしいと思います。ICTの活用は一言指導では効果的です。授業時は、全体の映像を見た後、陸上部の生徒に機織で走ってもらいました。自分たちのフォームと比較することで、さらに学習を深めることができました。本校では、情報分析や動作解析のために多くの部活動でICTを活用されています。授業の質が上がり、技術が身につくのも、部活動で競技力が高まるのも、ICTは欠かせないものです。

体育科便り(毎月発行)

3 CHECK(令和元年度新体カテスト結果による取組の評価)

(1) 令和元年度の結果と課題

- 今年度は右表のとおり、男子は昨年度の2年生の「ボール投げ」が改善され、全学年・全種目で県基準値を上回り課題を解決することができた。女子は3年生のシャトルランで県基準値を下回ったが、他の種目では県基準値を大幅に上回り、今年度は熊本県学校体育優秀実践校に選出された。

【R1 新体カテスト↓】

学年	1年生		2年生		3年生	
	男	女	男	女	男	女
握力	◎	◎	◎	◎	◎	◎
上体おこし	◎	◎	◎	◎	◎	◎
長座体前屈	◎	◎	◎	◎	◎	◎
反復横跳び	◎	◎	◎	◎	◎	◎
持久走*	◎	◎	◎	◎	◎	▼
50m走	◎	◎	◎	◎	◎	◎
立ち幅跳び	◎	◎	◎	◎	◎	◎
ボール投げ	◎	◎	◎	◎	◎	◎
◎の数	8	8	8	8	8	7
▼の数	0	0	0	0	0	1

*シャトルランの記録でも可

(2) 体育科実践目標「教師の4大行動」の成果

- この取組を通して、平成24年度からの3年間の平均値を平成30年度は男女合わせて16項目中14項目が向上するなど、大きな成果を得ることができた。

4 ACTION(令和元年度の計画)

(1) 毎時間の授業の充実

- 体育主任を中心に、常に毎時間で生徒の体力向上や効率的、そして効果的な授業を行うことを今後も続けていきたい。

(2) 新学習指導要領を踏まえた改善

- 今後新しい学習指導要領では「運動の多様性や体力の必要性の理解と技能の習得」「合理的、計画的な解決に向けた思考判断」「自己や仲間の考えたことを他者に伝える力の育成」「生涯にわたって継続して運動に親しむ態度」などこれまで以上に生徒主体へと変わる授業に対応できる授業作りを十分検討する必要がある。