

【令和3年度 保健体育科授業改善推進プラン】 小平市立上水中学校

保健体育科で身に付けさせたい力・目指す生徒像

- ① 生涯にわたって運動に親しみ、豊かなスポーツライフを実現できる資質や能力の育成
 - ② 健康の保持増進のための実践力の育成
 - ③ 基礎体力の向上
- 以上の3つの目標を達成するために以下のことを意識して取り組む
- ・豊かなスポーツライフへとつなげるため、運動に興味をもたせる授業の工夫、一人一人が、達成感をもち、「できる喜び」を味わう取組として、コミュニケーションを多く取り入れ、教え合いを大切にする。
 - ・健康の保持増進を図るために、保健の授業と体育を関連づけた授業の工夫を通して、自ら運動の重要性を学び、自ら体を動かしていける実践力のある人材の育成。
 - ・授業における「運動量」を確保し基礎体力の向上を図る。

学習状況及び課題

	1 学年	2 学年	3 学年
学習状況	・集団行動、ラジオ体操の定着に課題がある。 ・体育委員と係を中心に集団の力は高まってきている。 ・意欲的に授業に取り組む姿勢がある。	・授業に向かう姿勢にメリハリがついてきた。 ・互いの技能についてアドバイスし合う事もできるようになってきた。 ・元気があり、意欲的に授業に取り組む姿勢がある。	・学習意欲が高く「考えながら練習する」習慣が身に付いてきた。 ・自他の課題を確認し合い、自然に教え合う姿が見られる。 ・意欲的に授業に取り組み、技能の向上につながっている。
新体力テスト結果	昨年度はコロナ禍の影響もあり、いくつかの種目で都平均を下回る結果となった。男子は、柔軟性、瞬発力、スピード力、女子は柔軟性、筋持久力、が課題に挙げられる。今年度も各種目の特性を生かしながら体力向上に結びつける補助運動を取り入れるとともに、生徒に体力の高め方に関する理解を深めさせ、主体的に体力向上に取り組む姿勢を育成したい。		
指導上の課題	・授業に意欲的に取り組める一方で、運動の合理的な行い方を理解したり、自分の課題に合った練習方法を選択したりする力が不十分である。	・学習のポイントを押さえアドバイスをする力が不足している。 ・自己の課題解決のためにどんな練習が適しているのかを選択する力を付けることが課題である。	・互いの教え合いをさらに効果的なものにするために、確かな知識と理論を身に付け、活用できるようにすることが課題である。

改善プラン

	1 学年	2 学年	3 学年
学習面	・集団行動、ラジオ体操を定着させる。 ・毎時間の目標及び、目標達成に向けた取組を明確に理解させる。 ・自己の課題を理解し、解決に向けて、正しい運動の行い方や、適切な練習方法を身に付けさせる。	・授業の最初に互いに声を掛け合い、リーダーを中心に授業に集中できる雰囲気を作る。 ・グループ活動において、具体的なアドバイスができるようにし、集団の力を高める。 ・自己の課題を理解し解決に向けて正しい運動の行い方や、適切な練習方法を身に付けさせる。	・「考えながら練習する」力を確かなものにするために、運動の行い方や、合理的な練習方法を身に付けさせる。 ・今後も意欲的に授業に取り組み、自己の課題を理解し、解決に向けて、自他の技能の向上につなげる。
指導面	・集団行動、ラジオ体操の定着を目指し、教え合いの時間を取る。 ・各時間の目標を明確に示し、運動の行い方など丁寧に伝える。 ・体育委員と係を中心に一人一人が集団の一員として育っていけるよう声掛けをする。	・取り組む内容を明確に示し、集中できる環境を作る。 ・運動のポイントを押さえ技能の向上を図れるよう、例示を明確に示す。 ・自他のつまずきと改善策を探せるよう、ペアやグループでの学習を取り入れる。	・自己の課題を理解し、互いに教え合い、主体的に取り組める授業展開をしていく。 ・目標や運動の行い方を明確に示す。 ・学んだ知識から自分の言葉で仲間にアドバイスする時間を作る。

評価

- ① 授業評価アンケート
- ② 体力テスト（令和2年度）の結果考察（1000m走・1500m走は未実施）