

- I 部活動を通じた食育の推進
- II 合理的でかつ効率的・効果的な活動実践
- III ライトスポーツの実践

【 岡山県立 津山中学校 】

1 実践テーマ	III ライトスポーツの実践
2 実施対象部活 (学年・人数)	ライトスポーツのべ参加者 第1回(1年48名、2年51名、3年45名) 第2回(1年13名、2年12名、3年16名) 第3回(1年36名、2年21名、3年47名)
3 実施期間	令和4年6月～令和5年1月
4 達成目標	①運動の好き嫌いに関わらず、運動に親しむ生徒を増やす。 ②運動に対して意欲的に取り組むために生徒に必要な要素を明らかにする。
5 取組内容	<p>土曜日を講座の開催日に設定し、以下の内容で実施。(1コマ90分)</p> <p>6月11日(土)「走りの学校」、「英語でヨガ」各2コマ 12月10日(土)「走りの学校」、「英語でヨガ」各1コマ 1月21日(土)「リズムトレーニング」1コマ 「ダンス」 2コマ</p> <p>① 6月11日(土)</p> <p>【走りの学校】 講師:高橋 壘 先生(スポーツトレーナー) 場所:グラウンド 参加人数(2コマ合計):1年 28 名 2年 32 名 3年 17 名 計 77 名</p> <p>【英語でヨガ】 講師:チャールズ・オリビエ 先生(ヨガインストラクター) 場所:百周年記念館 参加人数(2コマ合計):1年 20 名 2年 19 名 3年 28 名 計 67 名</p>
 	

②12月10日(土)

【走りの学校】

講師:高橋 壘 先生(スポーツトレーナー)

場所:グラウンド

参加人数:1年 9 名 2年 2 名 3年 3 名 計 14 名

【英語でヨガ】

講師:チャールズ・オリビエ 先生(ヨガインストラクター)

場所:百周年記念館

参加人数:1年 4 名 2年 10 名 3年 13 名 計 27 名

③1月21日(土)

【スポーツリズムトレーニング】

講師:津田 幸保 先生(リズムトレーニング協会)

場所:高校体育館

参加人数:1年 23名 2年 7名 3年 11名 計 41名

【ダンス】

講師:松本 郁弥(本校教諭)

場所:中学校体育館

参加人数:1年 13名 2年 14名 3年 36名 計 63名(2コマ合計)



6 取組における工夫点

○ライトスポーツの目的を複数意識した。

楽しいだけがゴールではなく、その先の運動に対する意欲の向上や、継続性ということについても考慮しながら取り組みを計画した。

○ライトスポーツを選択する場面の工夫をした。

⇒放課後や学校の予定のない休日に講座を開設するのではなく、学校公開日など土曜日に登校する日程とした。また、講座を生徒が選択するので、様々な生徒のニーズに応えることができるように、学習的な要素も加え、多くの生徒を募った。

7 主な成果

目標①「運動の好き嫌いに関わらず、運動に親しむ生徒を増やす。」

○3日間を通して合計289名がライトスポーツに親しむことができた。

○「楽しかったですか」に対して「とてもそう思う、そう思う」と応えた割合

第1回 95.1% 第2回 94.5% 第3回 98.4%

○「次回も受講しますか」に対して「はい」と応えた割合

第1回 89.5% 第2回 80.6% 第3回 92.3%

⇒第2回が低くなった原因は、第1回の講座内容と変化がなかったためと考えられる。

○「1つでもできないことができるようになった」に対して「はい」と応えた割合

第1回 70.2% 第2回 72.2% 第3回 86.2%

目標②運動に対して意欲的に取り組むために生徒に必要な要素を明らかにする。

【仮説】 楽しい⇒できた⇒次回もやってみようかな

「1つでもできないことができるようになった」と「楽しかったですか」「次回も受講しますか」の関係に関して

・第1回講座より

(1)

1つでもできるようになった⇒いいえ	楽しかったか	次回も受講するか
5名	とてもそう思う 1名 そう思う 0名 どちらでもない 1名 あまりそう思わない 3名 そう思わない 0名	はい 1名 (20%) いいえ 4名 (80%)

(2)

1つでもできるようになった⇒わからない	楽しかったか	次回も受講するか
31名	とてもそう思う 13名 そう思う 18名 どちらでもない 0名 あまりそう思わない 0名 そう思わない 0名	はい 27名 (87%) いいえ 4名 (13%)

(3)

1つでもできるようになった⇒はい	楽しかったか	次回も受講するか
87名	とてもそう思う 67名 そう思う 19名 どちらでもない 1名 あまりそう思わない 0名 そう思わない 0名	はい 82名 (94%) いいえ 5名 (6%)

	<p>分母は大きく違うが、(1)～(3)を見てわかるように「できなかった」ということは楽しさと次回への意欲にマイナスの影響が顕著に表れた。</p> <p>(2)からはできたかどうかは分からないが、楽しかったので次回も受講したいという生徒が多いこともわかった。その理由の多くは友達と一緒に運動を楽しくできたからというものであった。</p> <p>以上のことから、「できる」ことは「楽しさ」や「次回への意欲」に関連していると考ええる。そのため、目標②に関する要素については、やはり「楽しさ」と同じぐらい「できた」という感覚が必要なのではないかと分析した。</p>
8 主な課題等	<p>○講師の方の調整 ⇒目的に応じてコーディネートしてくれるような仕組みがあると取り組みやすい。</p> <p>○開催日などの設定の仕方 ⇒運動をしない生徒を対象に考えると希望制ではかなり難しい。</p> <p>○継続性 ⇒1回の楽しかった体験で終わらず、そこからどうスポーツの意欲向上につなげていくか。</p>
9 提案等	<p>○「走りの学校」や「リズムトレーニング」などは日頃の授業の導入などに活用 ⇒特にリズムトレーニングでは「器械運動」「球技(バスケットボール・野球・表現運動)」など DVD があり、授業でも取り組みやすい。</p>