

# 保健体育授業改善推進プラン

## ☆ 令和3年度授業改善推進プランの検証

### 取り組みにおける成果と課題

○2年度までの体カテストの結果を踏まえ、準備運動や補強運動の充実を継続させた。筋力・瞬発力を高めるために、準備運動に体幹トレーニング・腕立て伏せ・腹筋などの筋カトレーニングやライントレーニング、柔軟運動など取り入れ継続して行った。また、持久力アップを目指し、縄跳びを取り入れたトレーニングも行った。縄跳びは、跳び方も単調にならないように工夫して行った。楽しみながら運動ができるよう、主運動とのバランスを考えて継続して取り組んでいく。

○学習カード（チームカード・個人カード等）を活用し、興味を持って取り組ませる。仲間や自分自身の振り返り、思考力や判断力を身に付けさせるための教材として活用した。

教科の特性に合わせて活用し、活発な班活動や個人へのアドバイスができていた。

## ☆ 調査結果の分析

内容結果の分析	<p>○運動をする人とそうでない人の二極化が進行しているため、運動習慣の確立が急務。そのためには、運動・スポーツに興味や関心もてるような授業内容が必要。</p> <p>○保健体育の授業が楽しい・やや楽しいと答えた生徒の割合が約80パーセントである。今後は、全生徒が授業に意欲をもって取り組めるような授業展開に努める必要がある。</p> <p>○走力・筋持久力に関しては向上傾向にあるため、引き続き向上に努める。9月までは校庭が使用できないため、授業内容の工夫に努めていく。</p>
観点別結果の分析	<p>【知識・技能】</p> <p>○体育分野に関する知識習得率はやや高いが、保健分野に関する知識習得率が低いため、保健分野の知識・理解を高める必要がある。技能に関しては、基礎を中心に学習に取り組み、習得率も高い。今後は、思考・判断と関連付けた技能の習得を目指していく。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>○学習カードに自分の考えや課題等をまとめることに苦手意識をもつ生徒が多い。今後は、自分自身の考えをまとめやすい教材を提供し、苦手克服に努める。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>○運動・スポーツが好きな生徒が多いため、比較的意欲・関心をもって授業に取り組んでいる。今後も継続できるよう工夫していく。</p>

## ☆ 調査結果に基づいた授業改善のポイント

○運動に取り組む姿勢、目標に向かって頑張る、協力する気持ちなど、姿勢や気持ちを大切に授業を展開することを継続していく。グループ活動や個人へのアドバイスを活発に行わせる授業形態を多く作り、思考力・判断力を向上させ、技能向上に向けて一層の効果あげる。

○運動への関心や意欲を高め、持続させるために、指導方法や指導体制の工夫と改善に取り組む。筋力・瞬発力を高めるために、準備運動に、トレーニングや縄とびなどを取り入れ実施する。

○生徒が目標をしっかりともち、考えて授業に取り組むための学習カード（個人・班）の活用に努める。相互評価・自己評価できるものにし、目標設定をしやすくする。

○体力向上に関する取り組みを授業内で充実させる。そのために、導入時に全員が取り組める体づくり運動、コーディネーショントレーニングを導入し、体力向上を図る。

