

体 育 部 ~ 健やかな体 ~

基礎体力の向上

対象	内 容	
成果	「チャレンジウォーク34+」の完歩	
	上段；評価者	下段；ABC 評価
教育活動	・筋持久力の向上に向けて、部活動の中でトレーニングとして鍛えている。	各自 B
	・生徒は自己の体力を知り、積極的に体力を高めている。	各自 B
	・バランスのとれた朝食を毎日食べる生活習慣を確立している。	各自 B
運営活動	・筋力コンテストの種目を各部活動のトレーニングに取り入れている。	体育部 B
	・体力テスト、筋力コンテストのデータを掲示して、体力を高める意識をもたせている。	体育部 A
	・元気アップ習慣を実施している。(小・中連携)	体育部 A

自由記述

- ・「チャレンジウォーク34+」は、生徒たちが達成感がもてるとてもよい教育活動となった。春に設定する個人目標と結びつける取組を工夫すると一層充実する。
- ・元気アップ週間で、生徒に自分の生活を振り返らせるとともに、保護者からもかかわってもらうようにしたことはとてもよかった。計画的な保健指導もよかった。
- ・男子の体力づくりの意欲が低いので、今後、対策を検討する必要があると感じた。
- ・体育主任のリーダーで、色々なコンクール(毎日カップ含)形式を取入れ生徒の意欲を高めた。
- ・チャレンジウォーク34+の達成感や日々意識した取り組み計画も完歩につなげた。
- ・計画的な保健指導は、生涯の成果となると思う。元気アップ週間は自己の生活の振り返りにとても良い。金曜日の指導時に、取組の公表(個々の公表)で意欲を高める。
- ・部活の時間が短いため、持久力を高める活動は難しい。休日の個人の活動にできると良いと思いますが・・・。
- ・元気アップ週間では、自分の生活を振り返り、自ら目標を設定して取り組んだ。生徒の自己評価「達成ができた」「多少達成できた」と答えた人数は18人(実施数26人)で69.2%だった。普段の生活の改善を意識できた生徒もみられたが、定着させるには継続が必要だと感じる。