



平成 28・29・30 年度
東京都教育委員会スーパーアクティブスクール
報告書

— 自ら生活を豊かにする活力ある生徒の育成を目指して —



平成 31 年 1 月
足立区立第九中学校

はじめに

近年、東京都の全地域において子供の体力向上の取組が充実してきており、着実に体力が高まっている一方で、体力に関心をあまりもたない子供や保護者がいることが指摘されています。平成14年9月30日の中央教育審議会答申「子供の体力向上のための総合的な方策について」において、国民の意識、子供を取り巻く環境の問題、子供の生活習慣の問題を取り上げ、今後の体力向上の方策について方向性を述べています。

中でも、子供を取り巻く環境の問題として「子供の生活全体の変化」「スポーツや外遊びに不可欠な要素の減少（時間・空間・仲間）」「地域におけるスポーツ指導者の課題」「学校における指導の問題」の4点について、課題の解決が重要であることを指摘しています。

足立区では、平成28年10月に基本構想を策定しました。30年後を見据えて、足立区に関わる人々やその人々の暮らしを支える区が目指す姿を、「協創力でつくる 活力にあふれ進化し続ける ひと・まち 足立」としています。その中では、「活力」を、持続可能な社会を支える力であるとともに、進化のためのエネルギーでもあるととらえています。そして、まさに「活力」があふれることで、人やモノが自然と集積し、つながり、新しい動きが巻き起こり、「進化」へとつながるエネルギーとなるととらえています。

「活力」とは、広辞苑によると、「活動を生み出す力」、「元気よく動いたり働いたりする力」と示されています。一方、文部科学省は、「体力は、人間のあらゆる活動の源であり、物事に取り組む意欲や気力といった精神面の充実にも深く関わり、人間の健全な発達・成長を支え、健康的で充実した生活を送る上で大変重要である」としています。その意味で、「活力」と「体力」は、同様の方向を示していると考えられます。

本校では、「体力」と「よりよく生活を改善していく態度」とは関連が深いことから、これらを結び付けるキーワードを「活力」ととらえ、豊かな生活を送る活力ある生徒の育成について、体育学習や生徒の生活改善等の在り方について追究していくこととしました。

本校生徒は、これまで入学時には体力が全国平均や都平均と比較して下回る傾向にありました。また、生活習慣の乱れや肥満等の課題もあります。一方、朝からさわやかな挨拶の音が響き、学習や部活動で頑張る生徒が多くいます。これらの現状を踏まえ、「授業改善・充実」「運動・スポーツの推進」「生活・運動習慣の確立」「意識向上と態度の育成」の4つの視点から総合的な体力向上戦略で体力を全国平均レベルに引き上げるとともに、自らの生活を豊かにする活力ある生徒の育成を目指して取り組んでまいりました。

本報告書は、本校の取組をまとめ、活力ある生活を組織的に具現化するなど、今後の学校の発展のための資料とするものです。本校と同様の考えをもつ学校等において、子供たちの体力を高め、活力ある生活を送ることに御活用いただければ幸いです。

平成31年1月23日

足立区立第九中学校長 長塚 琢磨

1 第九中学校での議論と課題意識

「体力とは？」	3
「なぜ体力が低下したの？」	3
「必要な？どの時期からやるの？」	5
「体力づくりは生涯続くの？体力テストは？」	7
「九中の生徒たちの状況は？」	9

2 本研究「活力ある生徒の育成」の意義とねらい

(1) 本研究の意義	11
(2) 本研究のねらい	12
(3) 本研究の内容	12

3 実践事例

(1) 体育学習等の改善・充実	14
実践事例① 体力の高まりを知る学習過程の開発	
実践事例② 自主研究・運動遊びの推進	
実践事例③ オリンピック・パラリンピックルールの設置	
(2) 運動・スポーツの推進	18
実践事例④ トップアスリートとの交流〔パラリンピアン等〕	
実践事例⑤ トップアスリートとの交流〔元プロ野球選手〕	
実践事例⑥ 全員参加の部活動の推進	
(3) 生活・運動習慣の確立	22
実践事例⑦ 総合型地域スポーツクラブとの連携	
実践事例⑧ 特別活動における「スポーツと栄養」	
実践事例⑨ 特別講座「学校生活に生かすスポーツメンタルトレーニング」	
実践事例⑩ 社会貢献活動の推進〔マラソン大会給水係〕	
(4) 意識向上と態度の育成	26
実践事例③ オリンピック・パラリンピックルールの設置	
実践事例⑪ 校内掲示による体力向上の啓発	
実践事例⑫ リーフレットや各種だよりでの啓発	

4 研究のまとめ 28**5 参考資料** 33

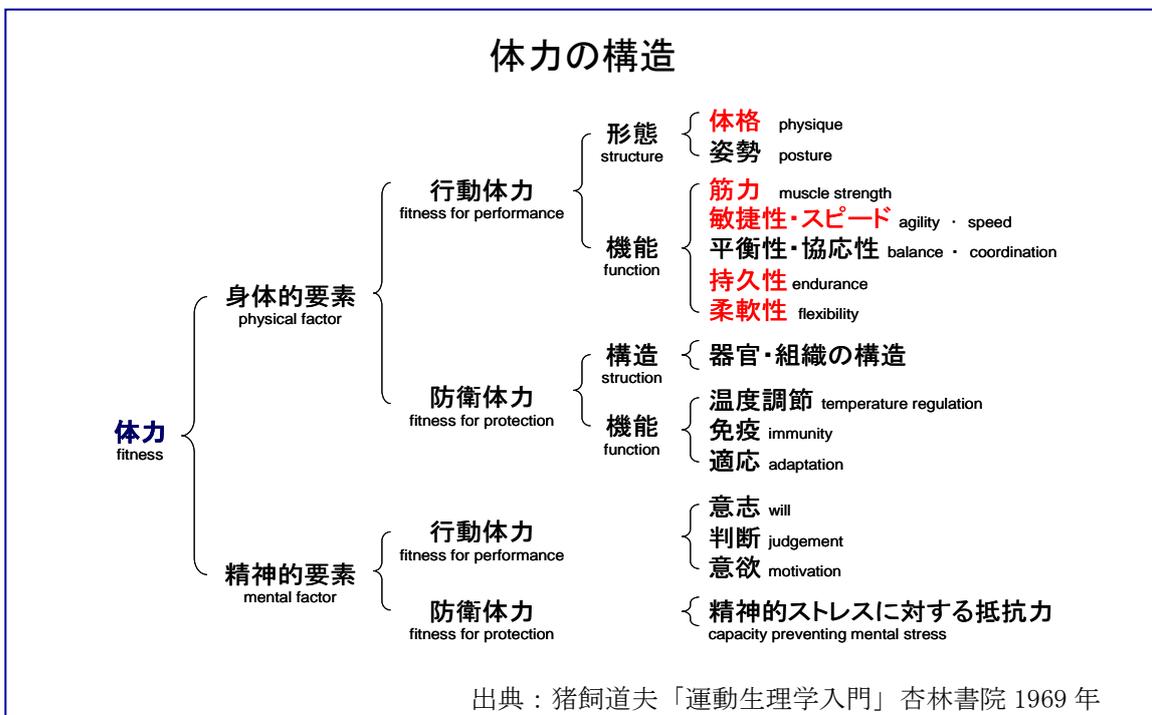
1 第九中学校での議論と課題意識

スーパーアクティブスクールとして研究を進めるに当たり、知識やイメージを共有化するとともに、課題の把握と解決の方向性を定めるために論点を整理した。

「体力とは？」

体力とは、体の総合的な力であり、この力を発揮して活動する能力が運動能力である。体力と運動能力は、相互に密接に関連している。

体力は、身体的要素と精神的要素に分類され、それぞれ行動体力と防衛体力から構成され、相互に密接に関連している。体力テストで測定できるのは、身体的要素のうちの行動体力である筋力、敏捷性・スピードや柔軟性等の一部の体力である。



体力は、人間のあらゆる活動の源であり、物事に取り組む意欲や気力といった精神面の充実にも深く関わっており、人間の健全な発達・成長を支え、健康的で充実した生活を送る上で大変重要である。

近年、国民の意識や子供を取り巻く環境、子供の生活習慣などの問題から体力の低下傾向が続いている。次代を担う子供の体力を適切に高めていくことが求められている。

「なぜ体力が低下したの？」

経済や科学技術の飛躍的な発展により、生活が豊かで便利になっている。また、都市化や少子・高齢化の進展とあわせて、社会環境や人々の生活様式は大きく変化し、価値観も多様

化した。このような中で近年、子供の体力は長期的に低下傾向にある。文部科学省が昭和39年から行っている「体力・運動能力調査」によると、昭和60年ごろを境に子供の走る力、投げる力、握力などは、全年代において長期的に低下傾向にある。

現在、生活全体が便利になるとともに、家事に係る労力が軽減されており、ただ生活するためだけであれば、必ずしも高い体力や多くの運動量を必要としなくなっている。また、学校の朝礼中に倒れる子供、机に突っ伏すなど教室できちんと席に座っていることができない子供、常に疲労を訴える子供など、必ずしも数値には表れないものの、明らかに以前とは異なる子供の状況が見られる。

子供の体力の低下は、様々な要因が絡み合って生じているものと考えられる。知識を過度に重視する大人の意識は、子供の外遊びやスポーツの軽視につながった。経済的發展や科学技術の進歩による自動車などの交通手段の発達、歩く機会を減少させた。また、掃除機や洗濯機など身の回りの機器の発達や家事に係る労力の軽減が進んだことは、子供の家事の手伝いの機会を減少させた。情報化の進展の中で、情報機器へののめり込みは、人間関係の希薄化や体を動かす機会の減少を招いた。さらに、都市化や少子化は、日常的に外で遊ぶ場所や仲間を減少させた。深夜に及ぶ大人の現代生活は、子供の生活習慣までも変えている。つまり、今、子供は、よく体を動かし、よく食べ、よく眠るという、子供として当たり前の生活を送ることができにくくなっている。

中央教育審議会答申（平成14年9月30日）では、体力低下の原因を次のようにまとめている。

- 1 国民の意識
- 2 子供を取り巻く環境の問題
 - (1) 子供の生活全体の変化
 - (2) スポーツや外遊びに不可欠な要素の減少（時間、空間、仲間）
 - (3) 地域におけるスポーツ指導者の課題
 - (4) 学校における指導の問題
- 3 子供の生活習慣の問題

体力が、人間の心身の発達・成長を支え、人として創造的な活動をするために必要不可欠なものであり、人が知性を磨き、知力を働かせて活動をしていく源であることは述べてきた。しかし、区民はその重要性を実感することや体力低下の危機感はほとんど感じていないと考えられる。

このことを踏まえ、大人が子供を取り巻く社会環境や知識偏重の価値観、乱れがちな生活習慣などを振り返りつつ、今こそ、子供ころから体を動かし、運動に親しみ、また、望ましい生活習慣を確立できるよう、社会全体で取り組む必要がある。

子供の体力向上の取組を有効にするためには、子供が生活する場である学校、家庭及び地域が連携し、体力向上に関する人々の意識を高め、子供も一人一人に注目し、一人一人が運動・スポーツの楽しさや体力を高める楽しさを味わうことができる活動を展開し、自らの生

活を活性化できる力を身に付けるように進めていく必要がある。

「必要なの？ どの時期からやるの？」

(1) 体力の必要性

そもそも体力は、人間が生涯にわたって充実した生活を送り、明るく活力のある社会を維持形成していく基礎となるものである。

体力は、人間の心身の発達・成長を支え、人として創造的な活動をするために必要不可欠なものである。したがって、体力は、人が知性を磨き、知力を働かせて活動をしていく源である。また、体力は、生活をする上での気力の源でもあり、体力・知力・気力が一体となって、人としての活動が行われていく。このように、体力は「生きる力」の極めて重要な要素となるものである。

身体の諸器官については、スキヤモンの発育・発達曲線に見られるように、幼児期に脳・神経系や筋肉などが急速に発育していく。これらの発育・発達には、栄養や睡眠、運動が重要である。

骨格筋繊維は、数本ないし数百本が一本の神経繊維によって支配されている。また、骨格筋が脳を目覚めさせる重要な情報を発していることも分かっている。運動によって筋肉を動かし発達させることが、脳を活性化し発達させることにつながると考えられる。

運動やスポーツが、人間の健康保持や体力向上にとって重要なことは知られているが、脳の発達にも大きな影響を与えていることを全ての大人が理解し、子供の教育に生かしていく必要がある。特に、脳・神経系や筋肉が急速に発達する幼児期における運動遊びはきわめて重要であり、子供の脳や筋肉を適切に発達させるとともに、子供の未来の可能性を広げることにもなると考えられる。

運動生理学者の小野三嗣氏※1は、神経と骨格筋とは最も密接な関係における運命共同体といえそうであるとし、骨格筋の脳への影響を研究課題としている。

コラム：筋肉の話

その1【all-or-none law (全か無の法則)】

筋肉や神経は「反応する」か「反応しない」かのどちらかであることから、全てかゼロかという意味でこう呼ばれています。筋肉を使えば肥大し、使わなくなると萎縮してしまいます。小・中学生の時期は、筋肉や神経が非常に発達するから、筋肉や神経をたくさん反応させ、未来の可能性を一層広げるたくましい心身となるよう鍛えましょう。

その2【ミルキングアクション……第二の心臓？】

心臓が全身に血液を送っていることは誰でも知っています。しかし、全身に送られた血液を心臓に戻すのは、心臓の力だけでは負担が非常に大きくなります。そこで、足の筋肉を使うことで血液を上の方にしぼり出すようなポンプ機能があり、これをミルキングアクションと呼んでいます。運動が大切なことや人間の体のづくりがよくできていることが分かります。

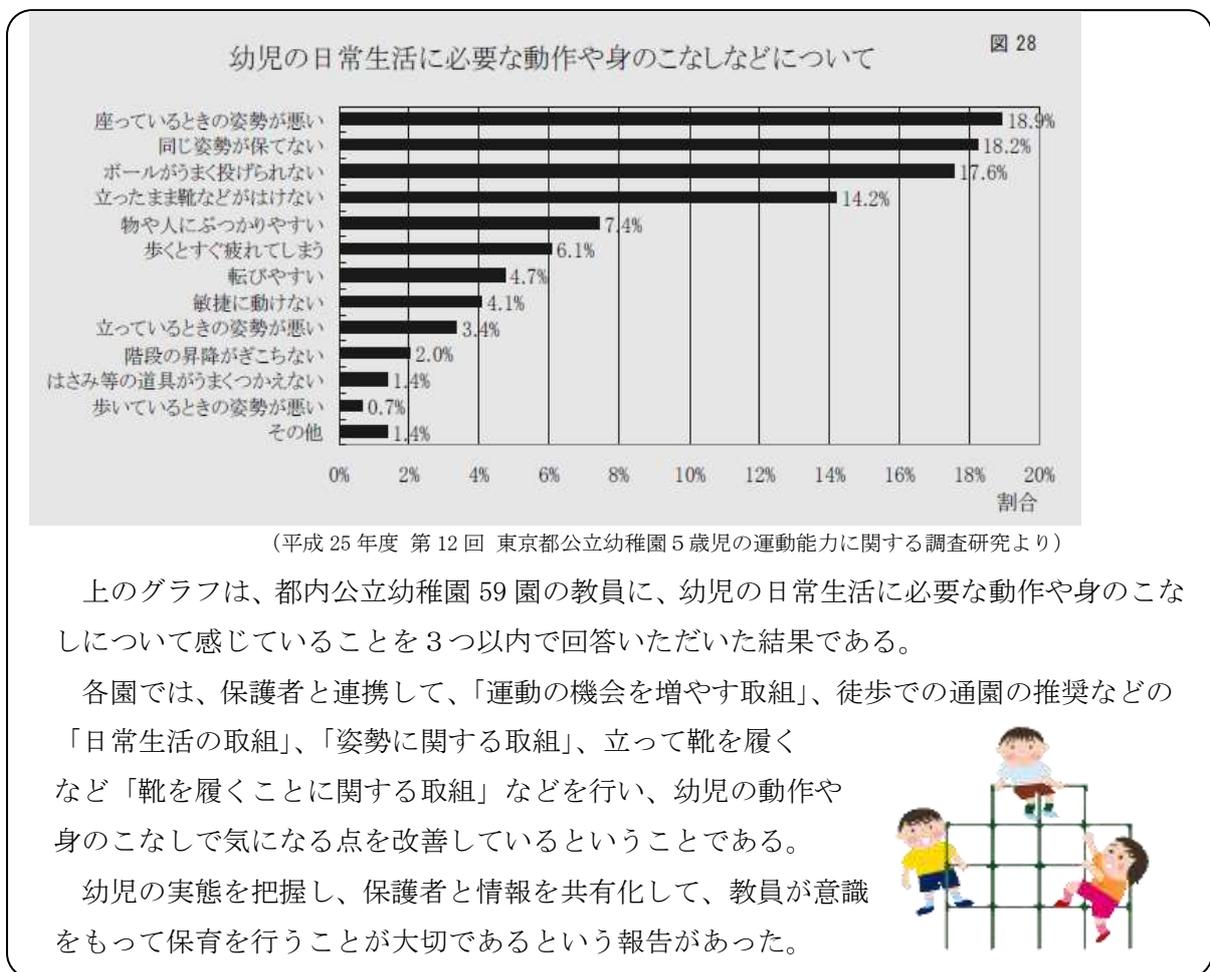


現在、急速な情報化とそれらを背景として、人や情報が国境を越えて流動化し、社会、経済、文化などのグローバル化が進む中で、豊かで成熟した国として発展し、明るい未来を切り拓き、世界の平和と繁栄に貢献していくために、「人材、教育、文化大国」と「科学技術創造立国」の実現が求められている。このために、創造性や豊かな人間性に富んだ人材を育成することが必要である。

体力は人間の発達・成長を支え、創造的な活動をするために大切な役割を果たすことから、将来を担う子供の体力を向上していくことは、地域や国の将来の発展のためにも重要な課題である。

※1 参考文献 小野三嗣 著 「運動の生理科学」(1978年4月10日 初版第1刷)

(2) 幼児期からの運動遊びの重要性



柳澤弘樹氏※2 (国際知的財産研究機構 脳機能研究所主任研究員、体育科学博士) は、幼児期の運動遊びが、認知機能を向上させることなど、心の発達を脳科学的な視点で研究をしている。そして、「運動することは、筋肉をつける、風邪をひかない身体をつくるだけでなく、心や脳によい効果をもたらす」と述べている。

また、子供が自分から進んで行う楽しい運動遊びが脳を発達させ、意欲を高め、行動が活性化し、達成感を感じられる体験を生む。このような成功体験が、「やる気を」持続させる

ためのチャレンジ→やる気→達成感の「魔法のサイクル」に繋がると提唱している。

(3) 幼児期からの心身の発達に関する特徴

発達と学習については様々な学者がその関係を述べているが、発達のな特徴を踏まえた学習が効果的であることは一致している。

ピアジェは、誕生してから2歳までを感覚運動段階とし、反射的な運動や感覚運動から知的な発達が見られるとしている。そして、2歳からの7歳までを前操作段階とし、コミュニケーションにより知的な発達を見られるとしている。

幼児期から小学校低学年にわたって、具体物を扱うなど体験的な認知が優先する具体的操作期であり、中学年から高学年にかけて形式的操作期へと発達していくと考えられている。

知的発達と身体活動との関係が密接であること、特に年齢が低い時期にそれを顕著に見ることができる。東京都は、子供の体力低下について、その原因を生活の利便性や子供の生活習慣など、様々な

要因から子供の身体活動量が減少したこととしている。体力向上の取組の充実には、子供を取り巻く環境である学校、家庭及び地域が連携し、総合的に進めていく必要がある。

ピアジェによる知的発達の特徴

段 階	達成可能な典型と限界等
感覚運動段階 (誕生～2歳)	誕生～ 反射的な活動を行使し外界を取り入れる。 1ヵ月～ 自己の身体に限り感覚運動、複数の行為の間の協応。 4ヵ月～ 感覚運動からの選択、視界から消えると探索なし。 8ヵ月～ 隠された対象も探索。 12ヵ月～ 外界に変化をもたらす自分の動作に興味、手と目の協応動作の成立。 18ヵ月～ 心的表象の始まり。
前操作段階 (2歳～7歳)	2歳～ 記号的機能の発現、ことばや心的イメージ、自己中心的コミュニケーション。 4歳～ ことばや心的イメージのスキルの改善。
具体的操作段階 (7歳～12歳)	具体物を扱うことに限り論理的操作が可能になる。ものや事象の静的な状態だけでなく変換の状態も表彰可能。
形式的操作段階 (12歳～)	経験的事実に基づくだけでなく、仮説による論理的操作が可能。抽象的で複雑な世界についての理解が進む。

※2 参考資料 柳沢弘樹氏 作成 「平成27年度幼児教育研修会資料(配布資料)」より

「体力づくりは生涯続くの？ 体力テストは？」

(1) 豊かなスポーツライフの考え方

学習指導要領では、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することを重視している。そのため、心と体を一体としてとらえ、保健と体育を関連して指導すること、学習したことを実生活や実社会にいかすことを学校段階の接続や発達の段階に応じた指導内容を整理し体系化を図ることとしている。

保健体育科の目標として「明るく豊かな生活を営む態度を育てる」ことを示している。これは、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成、健康の保持増進のための実践力の育成、体力の向上の3つの視点からの指導の充実により実現するものと考えられている。

また、厚生労働省の政策である健康日本21(第二次)における「国民の健康の増進の総

合的な推進を図るための基本的な方針」では、生活習慣病の予防、社会生活機能の維持及び向上、生活の質の向上の観点から、身体活動・運動が重要であるとしている。そして、具体的な目標の項目として「日常生活における歩数の増加」「運動習慣者の割合の増加」「住民が運動しやすいまちづくり・環境整備に取り組む自治体数の増加」をあげている。

つまり、体力づくりは、健康づくりと共に、明るく豊かな生活を送るために重要なものであり、一人ひとりの状況に応じ、生涯にわたって続けていくことが望ましいと考える。

スポーツ庁では、国民の体力・運動能力の現状を明らかにし、体育・スポーツの指導と行政に生かすため、毎年6歳から79歳までを対象とした体力・運動能力調査を実施している。年次の推移をみると、特に高齢者（65～79歳）の体力が高まっていることがわかる。

（２）体力テストの重要性と自信をもたせる指導

小野三嗣氏は、「体力テストは運動生理学的研究手段としてのみならず、個人に対して運動処方を行う手段としてきわめて重要なものである」と述べ、体力テストの結果における日動変化や事前の経験等による誤差を指摘している。体力テスト実施するに当たっては、いつ（日時）、どこで、どのような体調で、どのような環境で行ったかなどをチェックしておく必要があるとしている。

平成19年度に実施した全国学力・学習状況等調査結果から、「自分には、よいところがあると思いますか」の問いに、東京都の小学生の約3割、中学生の約4割が否定的な回答をしている。東京都教育委員会は、この割合は、自分の生き方を見つめ、将来への夢や希望をもてるようにするなど生きる力を育む上でも大きな課題としている。

東京都教育委員会は、平成20年度から5カ年計画で「子供の自尊感情や自己肯定感を高める教育の充実」を研究し、平成23年3月に「子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料（基礎編）」、平成24年3月に「子供の自尊感情や自己肯定感を高める指導資料（発展編）」をまとめた。また、平成25年3月には、「子供の自尊感情や自己肯定感を高める教育フォーラム」を開催し、子供一人一人が自己に自信をもち、新たなことや困難なことにも挑戦しようとする意欲を高める教育を推進している。

また、教育心理学者のバンデューラ氏は、子供が積極的に学習活動に取り組むためには、興味だけでは不十分であり、その活動をうまく実施できるという自信が必要であると、この自信を自己効力感と呼び推奨している。そして、自己効力感が高い子供は、いろいろな学習の困難にあっても楽観的に学習活動を進め成果を上げることができるとしている。



- ・ **自尊感情**（東京都教育委員会の定義）
自分のできることできないことなどすべての要素を包括した意味での「自分」を他者とのかかわり合いを通してかけがえのない存在、価値ある存在としてとらえる気持ち
- ・ **自己肯定感**（東京都教育委員会の定義）
自分に対する評価を行う際、自分のよさを肯定的に認める感情
- ・ **自己効力感**（バンデューラの定義）
自分が努力すること、活動することにより、自分や周りの環境に良い変化をもたらすことができるという感情（自信）

「九中の生徒たちの状況は？」

(1) 本校の生徒の体力等の状況

平成 28 年度はじめに行った調査結果における体力や体格、意識の実態を、東京都や全国の平均値と比較して課題等を検討することとした。

【男子】

	握力 kg	全国	上体起こし	全国	長座体前屈 cm	全国	反復横跳び	全国	50m 走秒	全国
中 1	25.8	24.6	22.6	24.5	42.3	40.3	48.5	49.5	8.9	8.4
中 2	29.2	30.1	26.2	28.4	44.9	44.0	50.7	53.1	7.4	7.8
中 3	38.8	35.4	29.7	30.5	53.8	47.1	56.9	56.1	7.6	7.4

	立ち幅とび cm	全国	ハンドボール投げ	全国	20m シャトルラン	全国	体力合計点	全国
中 1	84.2	181.0	18.3	18.7	66.2	73.1	33.6	35.5
中 2	183.3	197.7	19.1	21.5	83.6	90.8	42.6	44.7
中 3	115.7	212.4	23.8	24.1	87.7	97.7	52.3	51.6

【女子】

	握力 kg	全国	上体起こし	全国	長座体前屈 cm	全国	反復横跳び	全国	50m 走秒	全国
中 1	23.7	21.9	20.3	21.1	43.1	43.7	45.6	45.5	8.5	9.0
中 2	24.6	24.4	23.3	23.7	46.8	46.6	46.5	47.0	9.0	8.7
中 3	26.9	25.5	24.1	24.8	52.8	48.4	48.2	48.0	8.6	8.6

	立ち幅とび cm	全国	ハンドボール投げ	全国	20m シャトルラン	全国	体力合計点	全国
中 1	161.5	165.0	11.6	11.9	49.0	53.4	46.9	45.4
中 2	165.9	170.7	11.9	13.5	50.2	61.9	47.2	51.4
中 3	173.4	174.8	14.3	14.4	54.2	60.7	53.3	54.0

※ ○は第九中学校が全国平均を上回っているもので、___は同記録のものである。

全国と比較して第 1 学年女子と第 3 学年男子は上回っているが、その他は下回っている。また、握力と長座体前屈は高い傾向にあるが、その他は下回る傾向にある。特に、上体起こし、ハンドボール投げ、20m シャトルランは全ての学年の男女共に下回っている。

平成 28 年度健康診断結果（肥満度）

平成 28 年度		中 1		中 2		中 3	
		男子	女子	男子	女子	男子	女子
4 月	第九中	14.5%	5.2%	5.4%	10.6%	10.2%	10.0%
	全 国	9.9%	8.4%	8.4%	7.7%	7.9%	7.1%

平成 28 年度全国体力・運動能力、運動習慣調査結果（中学 2 年生）

		朝食を毎日食べる	8 時間以上寝る	テレビ視聴 3 時間以上	平日の運動時間(分)	土日の運動時間(分)
男子	第九中	82.6%	24.7%	35.1%	615.9	375.7
	東京都	84.4%	27.0%	32.6%	467.5	344.5
	全 国	82.7%	22.2%	33.3%	562.1	403.1
女子	第九中	85.5%	20.5%	33.1%	382.5	241.0
	東京都	83.0%	21.3%	29.6%	338.0	229.0
	全 国	80.1%	16.1%	30.5%	412.8	275.3

第 1 学年女子と第 2 学年男子の肥満度は、全国と比較し下回っているが、その他は大きく上回っている。特に、第 1 学年男子は 14.5%と極めて高くなっている。

また、第 2 学年の運動習慣は、全国や都と比較してテレビ等の視聴時間が多い。また、全国と比較して土日の運動時間が短い。

（2）課題の明確化

近年、進んで運動をする生徒とそうでない生徒の二極化傾向、ライフスタイルの変化やスマートフォン等の使用時間の増加等による身体活動の減少が問題になっている。また、大人の体力に関する意識が低いとも言われている。

本校では、「磨く」「挑む」「思いやる」を生徒の行動指針として、文武両道の学校を目指している。本年度の体力・運動能力、生活・運動習慣調査結果から、体力については、筋力や投力、持久力が不足していることがわかる。体格については、肥満度が高い傾向にあることがわかる。運動習慣については、テレビの視聴など、身体活動を伴わない自由時間の使い方をしている傾向にあることがわかる。

本校の生徒の体力向上のためには、筋力や投力及び持久力を高める「体育学習をはじめとした取組の充実」、「食育を含めた生活習慣の確立」、「運動習慣の確立」「体力に関する意識の向上」が必要である。

このことから、本校における取組として、学校・家庭・地域が連携・協力し、自ら主体的に活動し、生活・運動習慣を改善していく「活力ある生徒の育成」と、その数値的指標の一つとして「体力を全国平均値まで引き上げること」が課題である。

2 本研究「活力ある生徒の育成」の意義とねらい

(1) 本研究の意義

活力とは、広辞苑等によると、「活動を生み出す力」や「元気よく動いたり働いたりする力」のことをいうと説明している。さらに、類語として「原動力」「エネルギー」「体力」などが挙げられている。つまり、何かを始めること、意欲的に行うこと、続けて取り組むことなど、主体的に豊かな生活を送る力ともいえる。

また、体力については、1969年に猪飼道夫が示した体力の構造が知られているが、それによると、身体的な要素に加え、精神的な要素を総称して体力ととらえている。文部科学省は、「体力は人間のあらゆる活動の源であり、物事に取り組む意欲や気力といった精神面の充実にも深く関わっており、人間の健全な発達・成長を支え、健康的で充実した生活を送る上で大変重要である」と述べている。

さらに、足立区では、平成28年10月に新たな基本構想を策定した。その中で、活力に関する内容を次のようにとらえている。

30年後を見据えて、足立区に関わる人々やその人々の暮らしを支える区が目指す姿を、「**協創力**でつくる **活力にあふれ 進化し続ける ひと・まち 足立**」として掲げます。

「活力」とは、持続可能な社会を支える力であるとともに、進化のためのエネルギーでもあります。・(中略)・そして、まちに「活力」があふれることで、人やモノが自然と集積し、つながり、新しい動きが巻き起こり、「進化」へとつながるエネルギーとなります。

教育基本法第6条では、学校教育において、「教育を受ける者が、学校生活を営む上で必要な規律を重んずるとともに、自ら進んで学習に取り組む意欲を高めることを重視して行われなければならない」と示されている。学習指導要領では、知・徳・体のバランスとともに、自ら課題を見つけ、自ら学び、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する資質や能力、自らを律しつつ、他人とともに協調し、他人を思いやる心や感動する心などの豊かな人間性、たくましく生きるための健康や体力などの「生きる力」を生徒の発達の段階を考慮して育成することが示されている。また、保健体育科の目標として、「明るく豊かな生活を営む態度を育てる」とし、現在及び未来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにするという究極の目標を示している。

学校教育において、「**活力ある生徒を育成する**」ことは、生徒自身の生活を豊かにすることであり、地域社会を明るくすることにもつながる。

(2) 本研究のねらい

学校教育法第30条の2に、学校教育の目的として「生涯にわたり学習する基盤が培われるように、①基礎的な知識及び技能の習得、②思考力、判断力、表現力等を育む、③主体的に学習に取り組む態度を養う」ことが示されている。

また、学習指導要領では、生きる力として「確かな学力」、「豊かな人間性」、「健やかな体」の調和のとれた育成が重要であることを示している。このことを踏まえ、保健体育科では、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することを重視することとしている。

さらに、世界保健機構（WHO）では、1986年のオタワ憲章において、新しい健康戦略としてヘルスプロモーションを提唱した。ヘルスプロモーションを「人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善するようにできるプロセス」と定義した。自らの健康を保持増進するためには、環境などの改善を行っていくことも大切であることを示したのである。

つまり、人が豊かな生活を送るためには、「健康であること」「主体的に活動すること」「知識や技能を身に付けること」「人や環境と関わること」が重要であると考えた。

そこで、本校では、「活力ある生徒の育成」を目標とする視点とし、そのための一つの指標として、**体力調査結果を全国平均値まで引き上げる**こととした。

また、本研究においては、「活力」を「主体的に生活を豊かにしていく力」ととらえ、そのために必要な中学校教育としての有効な指導の柱を、「**体育学習の改善・充実**」「**運動・スポーツの推進**」「**生活・運動習慣の確立**」「**意識向上と態度の育成**」の4つの視点から追究していくこととした。

(3) 本研究の内容

主体的に生活を豊かにしていく力である「活力」を育成するためには、体育学習だけでなく、生徒の生活全体を考え、総合的な方策を検討実施する必要がある。

そこで、学校における中心となる教科の授業としての「**体育学習の改善・充実**」、学校全体の取組としての「**運動・スポーツの推進**」、家庭と連携した教育の向上としての「**生活・運動習慣の確立**」、正しい知識理解や実践力を身に付ける基礎としての「**意識向上と態度の育成**」の4つの視点から追究していくこととした。

ア 体育学習の改善・充実

(ア) 体力等調査結果の分析

- ・ 持久力や投力等の検討
- ・ 解決方策の実施と検証など

(イ) 体育学習の改善・充実

- ・ 目的の明確化と意欲の喚起
- ・ 自己肯定感を高める指導の充実など

(ウ) 学校の取組の改善・充実

- ・ 東京オリンピック・パラリンピックを踏まえた体力向上策の検討

- ・ 楽しく体を動かす機会の充実
- ・ 運動の日常化への取組など
- (エ) 研究開発
 - ・ 小学校等との連携による授業改善
 - ・ 体力を高める教材等の開発など
- (オ) 普及・啓発
 - ・ 各種たより等による意識啓発
 - ・ 研究のまとめと研究報告など

イ 運動・スポーツの推進

- (ア) 部活動の推進
 - ・ 全員参加の部活動
 - ・ 外部指導員の導入など
- (イ) 関係機関等との連携
 - ・ スポーツクラブや企業との連携
 - ・ トップアスリートとの交流など
- (ウ) スポーツの価値と生き方の理解
 - ・ スポーツ体験と生き方の発見
 - ・ ボランティア体験など
- (エ) オリンピック・パラリンピック教育との関連
 - ・ スポーツが果たす役割
 - ・ 全力を尽す意欲や態度の育成など
- (オ) 普及・啓発
 - ・ 保護者等への意識啓発
 - ・ 研究のまとめと研究報告

ウ 生活・運動習慣の確立

- (ア) 生活習慣づくり
 - ・ 早寝・早起き・朝ごはん
 - ・ 笑顔で元気な挨拶など
- (イ) 食育の推進
 - ・ 定時の食事、間食の禁止・減少
 - ・ バランスの良い食事など
- (ウ) 運動習慣づくり
 - ・ 仲間や場所の確保
 - ・ 身体活動の推進など
- (エ) 健康教育の推進
 - ・ 家庭と連携した指導の徹底
 - ・ 保幼中の一貫した教育の推進など
- (オ) 普及・啓発
 - ・ 保護者等への意識啓発
 - ・ 研究のまとめと研究報告など

エ 意識向上と態度の育成

- (ア) 体力に関する理解
 - ・ 体育理論や保健学習等の充実
 - ・ 講演会等の実施など
- (イ) 積極的な行動の推進
 - ・ 家族の一員としての手伝い等
 - ・ 社会貢献活動など
- (ウ) 豊かな生活の推進
 - ・ 朝の光を浴びることの推進
 - ・ スポーツで人間関係の向上など
- (エ) スポーツとの関わりの推進
 - ・ スポーツの会話の推進
 - ・ スポーツの伝承と創造など
- (オ) 普及・啓発
 - ・ 保護者等への意識啓発
 - ・ 研究のまとめと研究報告

3 実践事例

平成28年度から平成30年度までの本校の取組について、研究の4つの視点で整理し、その主な12の実践事例を紹介いたします。

(1) 体育学習等の改善・充実

実践事例① 体力の高まりを知る学習過程の開発

実践事例② 自主研究・運動遊びの推進

実践事例③ オリンピック・パラリンピックルームの設置

(2) 運動・スポーツの推進

実践事例④ トップアスリートとの交流〔パラリンピアン〕

実践事例⑤ トップアスリートとの交流〔元プロ野球選手〕

実践事例⑥ 全員参加の部活動の推進

(3) 生活・運動習慣の確立

実践事例⑦ 総合型地域スポーツクラブとの連携

実践事例⑧ 特別活動における「スポーツと栄養」

実践事例⑨ 特別講座「学校生活に生かすスポーツメンタルトレーニング」

実践事例⑩ 社会貢献活動の推進〔マラソン大会給水係〕

(4) 意識向上と態度の育成

実践事例③ オリンピック・パラリンピックルームの設置

実践事例⑪ 校内掲示による体力向上の啓発

実践事例⑫ リーフレットや各種だよりでの啓発

実践事例① 体力の高まりを知る学習過程の開発

1 ねらい

各領域の単元終了時に、その運動等で高まった体力を測定し、学習による成果を確認するとともに、生徒の自尊感情や自己肯定感を高める。



長距離走スタート

2 内容

器械運動、陸上競技、球技などの単元終了時に、体力向上確認調査を行い、年度はじめに実施した体力テストの結果と比較し分析する。

3 工夫

- (1) それぞれの単元の学習で高まる体力、体力の意義や体力の高め方、体力に適した運動の楽しみ方などについての指導を行う。
- (2) チームをつくり、仲間と共に体力を高める意識を高める。
- (3) 教員の指導に生かすとともに、生徒の関心を高めるため、体力向上早見表を作成し、調査結果のデータを入れると、自動的に個人の体力の高まりとグループや学級の体力の高まりを、数字の色や矢印で示せるようにした。また、全国平均との差を同様に数字の色や矢印で示すようにした。

体力向上早見表

4 生徒の感想等

- A 年度はじめと比べてこんなに体力が高まってうれしい。
- B はじめは嫌だったけど、頑張って練習してきてよかった。
- C □□さんと一緒に励ましあっていたら、タイムがすごく上がった。
- D ソフトボール投げは、すごく記録が伸びたけど、ハンドボール投げは、あまり伸びなかった。ハンドボールの握り方がよくないと思う。

5 成果と課題

(成果) 生徒は、体力の高まりを確認することで、運動と体力の関連を理解するとともに、体力への関心が高まり、体育学習への意欲や自己肯定感が高まった。また、教員は、学習過程に新しいリズムができて指導しやすくなるとともに、体力向上早見表で確認が容易になり、励ましや賞賛などの評価が増加した。

(課題) 今後は、様々な体力の向上に関する学習過程の開発研究が必要である。

実践事例② 自主研究・運動遊びの推進

1 ねらい

運動の楽しさを味わい運動習慣の確立を目指すとともに、生徒が体力に関する意識を高め自主的に体力を高めるための取り組みを行うことにより、体力に関する自己肯定感を高め主体的な態度を養う。

2 内容

- ・ 昼休みの体力アップに挑戦する運動遊び
- ・ カードを活用した運動習慣づくりのための取組
- ・ 体育学習と連携した運動や運動遊びの推進
 - ① 運動や体力の必要性
 - ② 取組への助言
 - ③ 体力測定の実施など

3 工夫

- ・ 的当てゲームについては、風船を活用しその大きさを初級・中級・上級を設定して意欲を向上
- ・ 体育館のコートを分けるネットを利用し、高さの基準を明確化
- ・ カードを活用し、参加の促進と記録向上への意欲を高める工夫

4 成果と課題

(成果)生徒は、運動や体力に関する関心を高めるとともに、知識を深めることができた。特に、新しく導入したスカッドボーイへの生徒の関心は高く、女子生徒が楽しそうに挑戦している姿が印象的であった。

また、第1学年を中心に取組んだ「カードを活用した自主研究の進め」の効果は、生徒によって差が生じた。

(課題) 今後は、この成果を生かして、投力以外の体力向上の取組を推進していくことが課題である。また、運動習慣の確立に向け、体力に関する知識・理解を深めること、学校としての場の設定及び家庭の理解と協力などが課題である。



的当てゲーム等で楽しむ



投げ方の研究



スカッドボーイの活用



自主研究カード

実践事例④ トップアスリートとの交流〔パラリンピアン等〕

1 ねらい

トップアスリートとの交流等を通して、自ら体力向上に取り組む態度を養うとともに、豊かな生活を送る活力ある生徒を育成する。

特に本年度は、パラリンピアンとの交流や講話を通して、スポーツの価値を知り、体力を高めるなど豊かな生活を送る態度を養う。



交流（給食と会話）

2 内容

(1) 11月24日 ブラインドサッカー（金メダリスト 葭原滋男氏）

(2) 2月9日 シットイングバレーボール（日本代表チーム）

※ 会食や体験等の交流やスポーツを通じた生き方講話



ブラインドサッカー体験

3 工夫

(1) 給食を一緒に食べるなど、身近に感じ理解が深まるようにした。

(2) 本物の金・銀・銅メダルを展示するとともに、全生徒が首にかけさせてもらうなどの体験を行った。

(3) 生徒にとっては新しいスポーツなので、スポーツの理解、練習、試合という流れでより良い体験を目指した。

(4) 講師からは、スポーツとの出会い、スポーツの価値、自分の生き方など、画像を利用して生徒にわかりやすく話していただいた。



シットイングバレーボール体験



日本代表の講演会

4 生徒の感想等

◆ 振り返ってみると、「〇〇だから」とすぐ言いわけを自分の中でつくってしまいがちでした。でも、葭原さんは言いわけどころか、「勝ってやる」と障害や体格差があっても立ち向かっていく。自分も、夢に向かって、強い気持ちをもって取り組んでいきます。ありがとうございました。 (3年男子)

◆ 「何事も1%の可能性を信じてPlayする」という言葉は、私の心に突き刺さりました。葭原さんのような、夢と希望にあふれた人になりたい。 (2年男子)

◆ 「失敗は楽しい。失敗する事で自分の限界に挑戦できる。」という言葉にとっても感動しました。前向きに考える葭原さんの姿に心をうたれました。 (2年女子)



金・銀・銅メダル

5 成果と課題

(成果) パラリンピアンとの交流等を通して、様々なスポーツがあり、楽しみ方があることを理解した。また、生活を豊かにする要素の一つにスポーツがあることや、体力が大切なことを知り、自分がどのようにスポーツと関わるか考える良い機会となった。

(課題) 理解し意識した内容について、行動化や日常化が課題である。

平成28年度 トップアスリートから学び「未来へ飛翔」について(案)

平成28年9月9日

足立区立第九中学校

トップアスリートから学び「未来へ飛翔」の概要

目的・スケジュール

【目的】
トップアスリートとの交流等を通して、自ら体力向上に取り組み態度を養うとともに、豊かな生活を送る活力ある生徒を育成する。

【スケジュール】
4月（区教委から推薦あり）
都教育委員会がスーパーアクティブスクールに指定（3年間）
6月（活動予算決定）
パラリンピアンによる講演、体験、交流等
11月24日（木）予定
菅原滋男（ブラインドサッカー）講演、体験、給食等の交流
※ 10月にポスター、案内等
2月9日（木）予定
監督、選手等（シッティングバレーボールチーム）
※ 12月にポスター、案内等

部の動き・指定

【指定校について】
体力向上について、研究開発を行い、普及・啓発することにより、足立区や東京都の体力向上に資する。

【平成28年度の取組】
平成28年度の子算配付は、報償費とする。オリンピック・パラリンピック教育と関連させ、生徒の意識を高める。

	12時30分	給食	交流・体験	講演	感想	15時30分
生徒	給食準備 招待準備	【〇年〇組】 招待 挨拶 会食	【1・2年の生徒】 体験（人） その他は参観 御礼の言葉 ※写真撮影	【全校生徒】 体育館に集合 講演を聴く ※部活動紹介の露形	【全校生徒】 感想	終了
講師	来校 打合せ	挨拶 会食	ブラインドサッカー体験 ・ 模範演技 ・ 体験指導 ・ 感想など	講演 「スポーツと我が人生」 「生きる楽しさ」 「仲間との絆」 など	事務手続き 書類提出 その他	終了
教職員	打合せ ・ メダル展示 ・ ポスター ・ 依頼・案内	写真	司会：草野 準備：プレゼン カラーコーン10個 その他	司会：草野 準備：プレゼン 資料 その他	事務連絡 書類確認	見送り



菅原滋男さんとの交流会 司会：草野

- 1 校長挨拶・講師紹介
- 2 見本演技等
- 3 生徒の体験
- 4 質問・感想コーナー
- 5 御礼（生徒代表）

菅原滋男さんの講演会 司会：草野

- 1 校長挨拶・講師紹介
- 2 パラリンピックやメダルの説明
- 3 スポーツとの出会い、生き方
- 4 質問・感想コーナー
- 5 御礼（生徒代表）

トップアスリートから学び「未来へ飛翔」(11月24日)の流れ

平成28年11月10日

スーパーアクティブスクール
足立区立第九中学校

12時30分 菅原滋男さんとの給食（仮）1年6組

よしはらしげお
菅原滋男さん パラリンピックの走高跳び**銅メダル**、
自転車競技**金メダル**などを獲得した。

菅原滋男さんとの会食



- 1 招待者の迎え、挨拶等
【会食をとおして親しくなる。】
 - 2 楽しく会食（質問などを用意）
 - 3 挨拶
- ※ 終了後、会場準備及び確認を行う。

13時25分 菅原滋男さんとの交流会 1・2学年

フラインドサッカーを体験して、いろいろなスポーツがあること、いろいろな楽しみ方があることを知る。

菅原滋男さんとの交流会

司会：草野



- 1 校長挨拶・講師紹介
- 2 見本演技等
- 3 生徒の体験
- 4 質問・感想コーナー
- 5 御礼（生徒代表）

- 【生徒への期待】**
- ◇ 様々なスポーツがあり、楽しみ方があることを理解する。
 - ◇ スポーツの必要性や楽しさを理解する。
 - ◇ 自分がどのようにスポーツと関わるか考える。

14時25分 菅原滋男さんの講演会 全校生徒

菅原さんの「つらかったこと」「スポーツとの出会い」「生きる楽しさ」などを聴いて自分の生き方を考える。

菅原滋男さんの講演会

司会：草野



- 1 校長挨拶・講師紹介
- 2 パラリンピックやメダルの説明
- 3 スポーツとの出会い、生き方
- 4 質問・感想コーナー
- 5 御礼（生徒代表）

- 【生徒への期待】**
- ◇ スポーツとの出会い、パラリンピック等への出場が菅原さんをどのように変えたのか理解する。
 - ◇ スポーツを通じた仲間との出会いを理解する。
 - ◇ 国際的なスポーツ大会の意義を理解する。

15時15分 菅原滋男さんとのお別れ

実践事例⑤ トップアスリートとの交流〔元プロ野球選手〕

1 ねらい

プロ野球OBとの交流やボールの投げ方を学ぶことを通して体力を向上させるとともに、夢に向かって頑張ることの大切さを知る。

また、将来の職業について考えるきっかけづくりに生かす。



講演会を終えて記念写真

2 内容

(1) 10月15日(月)第5校時(投げ方の体育学習)

第2学年の生徒175名を対象に校庭で、ギャオス内藤さんからボールの投げ方を学ぶ。

(2) 10月15日(月)第6校時(講演会)

第2学年を対象に体育館で、ギャオス内藤さんから夢を実現させるための努力の大切さやプロ野球選手という職業について学ぶ。



投げ方を学ぶ

3 工夫

(1) 全体を通して生徒が運営するよう指導し、生徒の主体性を養うように工夫した。

(2) 給食を一緒に食べ、身近に感じ理解が深まるようにした。

(3) 生徒がプロの投げ方を体験し、自己の成長を実感できるように工夫した。

(4) 講演会では、体験を熱く語っていただき、生徒の意欲を高めるようお願いした。



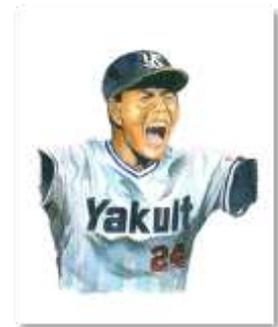
講演会 元プロ野球選手
ギャオス内藤

4 成果と課題

(成果) 生徒がボールの投げ方を体験的に理解し、投げることや体力に関する関心と能力が高まった。

また、プロ野球選手という職業に関する理解が深まり、よりよく生きることの大切さを知ることができた。

(課題) 本日の経験を生かし、体力の向上や技能の習得、さらに自らの行動に自信をもって生活できるよう指導していく必要がある。



生徒が描いた似顔絵

実践事例⑥ 全員参加の部活動の推進

1 ねらい

全生徒に、教育課程外で自発的に活動する機会を確保し、文化・スポーツの楽しさや喜びを実感する体験を通して、主体的に関わる活力と生涯にわたって文化・スポーツに親しむ資質と能力を育む。



集会での表彰 ①

2 内容

- ・ 全生徒対象の部活動説明会
- ・ 部活動保護者会
- ・ 部活動の実施と視察と評価
- ・ 部活動によるボランティア活動



走高跳（全国大会）

3 工夫

- ・ 行事運営や奉仕活動等を部活動で実施
 - ・ 集会等で表彰や活動報告及び評価
 - ・ 各種たよりなどでの広報
 - ・ 外部指導員の導入
 - ・ トップアスリートとの交流や講演会の実施
 - ・ 地域スポーツ実施生徒も文化部等に参加
- ※ クラブチームでの活躍も認め励ます。



吹奏楽部の応援演奏（地域の祭り）



集会での表彰 ②

4 成果と課題

（成果）説明会を全校規模で毎年実施すること、行事運営を部活動で分担することにより、部活動の意義や自己の目的などを明確にして活動の充実につながるとともに、生徒の部活動への所属感や達成感等が高まり、主体的な態度が養われた。また、部活動での様々な活動や成果を集会や各種たよりで評価することにより、生徒は部活動に取り組んでいる価値を実感するとともに、新たな目標の設定にも役立った。

さらに、外部指導員の導入などにより、専門性を高めることに役立ち、部活動が活性化している。

（課題）全員加入の部活動の取組が、生徒に生涯にわたって文化・スポーツに親しむ資質や能力が養われていることの検証が課題である。

実践事例⑦ 総合型地域スポーツクラブとの連携

1 ねらい

総合型地域スポーツクラブと連携し、元オリンピック選手による訪問指導を通して、運動部活動を推進し、生徒にスポーツ・運動の楽しさや喜びを味わわせるとともに、生徒が運動技能や体力に関する関心や意欲を高め自主的に運動・スポーツに関わる一助とする。



練習終えて記念写真

2 内容

- (1) 5月13日(日) 午前9時から正午まで
 - ・ 生徒と共に練習、技術やメンタル等の指導
 - ・ スポーツの価値と活力ある生き方の助言
- (2) 6月16日(土) 午前9時から正午まで
 - ・ 技術やや戦術、メンタル等の指導
 - ・ 大会に臨む姿勢や生涯スポーツ等の助言



元五輪選手 櫻井由香さん

3 工夫

- ・ 櫻井さんは、顧問が指導する日常の練習に関わりながら、生徒と共に汗を流し、実際に技術を見せながら共感的に指導する。
- ・ 練習の節目や練習終了後に、技術面のポイントや心理面の強化などについて具体的に指導を行う。
- ・ 生徒の主体性や自己肯定感を高めることを中心に、顧問と連携して指導を行う。



練習中の様子

※ 元オリンピック選手の人選や経費は総合型地域スポーツクラブ(U&U)が行ってくれることとする。

4 成果と課題

(成果) 生徒は、バレーボールを行うことで生活を豊かにするとともに、オリンピック等の大会に関する関心を深めた。また、運動技術や体力の向上に向けて意欲を高めた。

教員は、元オリンピック選手と共に部活動指導を行い、指導に関する資質や能力を高めるとともに、自信をもって部活動指導に当たることができるようになった。

(課題) 今後は、この成果を生かして、バレーボール以外の部活動を一層推進するとともに、スポーツの価値を家庭や地域にも啓発していく必要がある。

また、総合型地域スポーツクラブ等との連携を強化し、生涯スポーツの意識と実践が一層広がる施策を検討していく必要がある。

実践事例⑧ 特別活動における「スポーツと栄養」

1 ねらい

心身ともに発育発達が著しい中学校段階において、体力テストの結果を踏まえ、自らの体力や運動能力を高めるための食事の在り方を考えさせ、食習慣等を改善する態度を養う。



関心をもつ

2 内容

- ・ 体力テスト（1時間）
- ・ 事前アンケート
- ・ 授業（1時間）
- ・ 事後アンケート（3週間後）
- ・ 事後アンケート（3ヶ月後）



課題を見付ける

3 工夫

- ・ 小学校の栄養教諭とのチームティーチング
- ・ ICTの活用
- ・ グループ討議の導入
- ・ オリンピック選手の食事の例示
- ・ 身近なコンビニの総菜の例示
- ・ 料理カード等の教材の工夫



討論し課題解決する

4 成果と課題

（成果）生徒の食や生活習慣に関する関心や意欲が高まった。

そして、自分に合った食事の取り方があることを理解できた。また、仲間と共に討論する場を設けることで、学びが深まり、解決への意欲が高まるとともに、適切な解決策を選択する力が身に付いてきた。さらに、3週間後の事後調査においても、食事に関する関心が高いことがわかった。



考えをまとめる

（課題）今後は、義務教育の9年間を見据え、それぞれの発達の段階において、食に関する適切な指導の在り方を研究し、実施する必要がある。

実践事例⑨ 特別講座「学校生活に生かすスポーツメンタルトレーニング」

1 ねらい

メンタルトレーニングを活用し、目標設定やプラス思考、コミュニケーション能力や集中力を高めるなど、生徒の活力ある生活豊かな生活を営む態度を育成する。



穴戸 渉氏の講座

2 講師

東海大学体育学部一般体育研究室非常勤講師
スポーツメンタルトレーニング指導士 穴戸 渉氏

3 内容

- (1) やる気を高める目的で行う**目標設定**
- (2) セルフコントロールするための**リラクゼーション**と
闘志を高めるための**サイキングアップ**
- (3) 自分やチームの最高のプレーをするかの**イメージトレーニング**
- (4) 試合やよい練習をするための**集中力のトレーニング**
- (5) 好きなスポーツをいかにして楽しむか（苦しい練習をいかにして楽しくするか）、人間関係を良くするなどの**プラス思考のトレーニング**。
- (6) 気持ちを高め、気持ちを切り替える**セルフトーク**（自己会話・言葉づかい・声の出し方・普段の会話等）の**トレーニング**
- (7) チームワークを高めるための**コミュニケーションスキル**
- (8) 試合で勝つための徹底した準備としての**試合に対する心理的準備**



互いをプラス思考にする練習

4 生徒の感想

- ◆ すっごく楽しくて、これから部活の試合とかテストとかに生かして頑張りたいと思います。ネガティブよりポジティブの方が何倍も人生楽しく生きられるんだなと思います。自分の目標に向かって、楽しくやさしく生きていきたいと思います。（1年男子）
- ◆ とても分かりやすい楽しいおもしろい講座を本当にありがとうございました。プラス思考ができるよう、前を向いて姿勢を正して笑顔でいようと思えるように、「夢」「目標」をしっかり決めて頑張ります。教室の「フォーカルポイント」さっそく決めました！（1年女子）

5 成果と課題

(成果) 生徒は、アクティブで科学的な講座を通して、仲間とのコミュニケーションが拡充するとともに、今までの自分を振り返り、よりよく生きるための気持ちのもち方、目標設定、パフォーマンスを高めるための方法などを学び、意欲が高まった。

(課題) 講座で理解できたことを学校生活や家庭生活で実践すること、自己評価等によりさらに主体的な態度の育成に結びつけることが課題である。

実践事例⑩ 社会貢献活動の推進〔マラソン大会給水係〕

1 ねらい

社会貢献の体験を通して、共に助け合ってよりよく生きる資質や主体的に活動する態度を養うとともに、学校や地域の発展の担い手となる人材を育成していく。



足立フレンドリーマラソン（給水）

2 内容

- ・ 校内における自治活動
- ・ 地域美化活動
- ・ 足立フレンドリーマラソンボランティア
- ・ 足立防災運動会ボランティア
- ・ 東京消防庁中学生消火隊
- ・ 小学校における学習支援ボランティア



地域清掃活動

3 工夫

- ・ 自治活動推進の指導體制の整備
- ・ 校内における活動の充実
- ・ 部活動を中心とした活動体制
- ・ 関係団体との連携（事前打ち合わせ）
- ・ 集会等での活動報告や評価
- ・ 各種たより等で評価や意識啓発



校内での消火体験

4 成果と課題

（成果）生徒は、これらの体験を通して、ボランティア活動の意義を知るとともに、自らの行動に誇りをもち、さわやかで活力あふれる行動をするようになった。特に、地域住民や関係者からの激励や賞賛の言葉は、自分と共に第九中学校への自信や誇りにつながった。

また、生徒は、改めて自分の住んでいる地域社会に関する理解を深め、社会と主体的に関わる力が少しずつではあるが高まっていった。

（課題）今後は、地域や関係団体等との連携を強化し、生徒に様々な機会を提供できるように拡充していくことが課題である。



善行青少年顕彰式

【新年 頑張れ九中生！新たな決意と取組！】

新年も活躍の場が広がるための準備活動が盛りだくさんです。ご挨拶とご報告を志してお勤めいたします。

さて、今年生には、意欲と意気込みで、新しい挑戦を遂げるための準備活動を行い、先を見据えてしっかりと着立しています。

運動部活動は、12月25日に立上り式を実施しました。今年から、運動部活動がさらに充実し、それぞれの目標達成をめざして取り組んでいます。

ご卒業までお守りいただくようお願いし、応援をお願いします。そのために自分たちの力でできることを、自ら実践し取り組んでいきたいと思います。

…ある目標に向けてあつた入団へのアツトを志すまで頑張ります。

【マラソン大会のボランティアで大活躍！】

12月25日（土）に、朝の9時～11時の時間帯に「足立フレンドリーマラソン」が開催されました。当校からは、12人の生徒がボランティアとして参加し、マラソン大会の運営に協力しました。

「水」を届けるボランティア活動は、毎年実施しています。毎年実施を通じて、ボランティアの大切さを学び、社会に貢献できることを実感しています。

「水」を届けるボランティア活動は、毎年実施しています。毎年実施を通じて、ボランティアの大切さを学び、社会に貢献できることを実感しています。

コラム： 駅伝 100 周年「日本が我々地」

駅伝は、元々が駅伝大会という形式で始まり、その形式も徐々に変わりました。駅伝は、駅伝大会という形式で始まり、その形式も徐々に変わりました。

駅伝は、元々が駅伝大会という形式で始まり、その形式も徐々に変わりました。駅伝は、駅伝大会という形式で始まり、その形式も徐々に変わりました。

「校長室だより」での紹介

実践事例⑪ 校内掲示による体力向上の啓発

1 ねらい

校内掲示を充実させ、様々な情報を提供することを通して、スポーツ、健康、体力などに関する関心を高める。

また、保護者や地域の方々に向けた健康や体力の向上に関する意識啓発を行う。

2 内容

各種ポスター、校長室だより、様々な取組、体育学習での記録、保健委員会掲示 など

3 工夫

掲示場所、掲示時期、生徒の作品の活用、クイズ等の形式の工夫、集会や保護者会等での紹介などを行った。

4 成果と課題

(成果) 体育学習や体力づくり、スポーツ等への関心や意欲が少しずつ高まっている。

(課題) 計画段階から生徒が関与し、生徒による掲示物の改善・充実が課題である。



ポスター①



ポスター②



校内掲示版



体育学習での記録



保健委員会掲示 (クイズ方式)



保健室前掲示

実践事例⑫ リーフレットや各種だよりでの啓発

1 ねらい

活力や体力、健康の保持増進に関する様々な情報を積極的に発信することを通して、理解や共感を深めるとともに、生徒や保護者が自ら行動等を改善していく意欲を高める。

2 内容

給食だより、ほけんだより、校長室だより、学年だより、活力に関するリーフレット など

3 工夫

開かれた学校づくり協議会、PTA常任委員会などで趣旨を説明し、周知・徹底を図る。

保護者等に配布するとともに、校内掲示や保護者会で推進する。

4 成果と課題

(成果) 生徒は、校内で掲示物を見て会話するなど少しずつではあるが意識が高まって来ている。また、保護者や地域の方々は、特にスマートフォン等の影響について関心を高めるなど意識の高まりがみえる。

(課題) 課題意識は高まってきているが、家庭との連携で実践・継続させることが課題である。



給食だより



保健だより



校長室だより

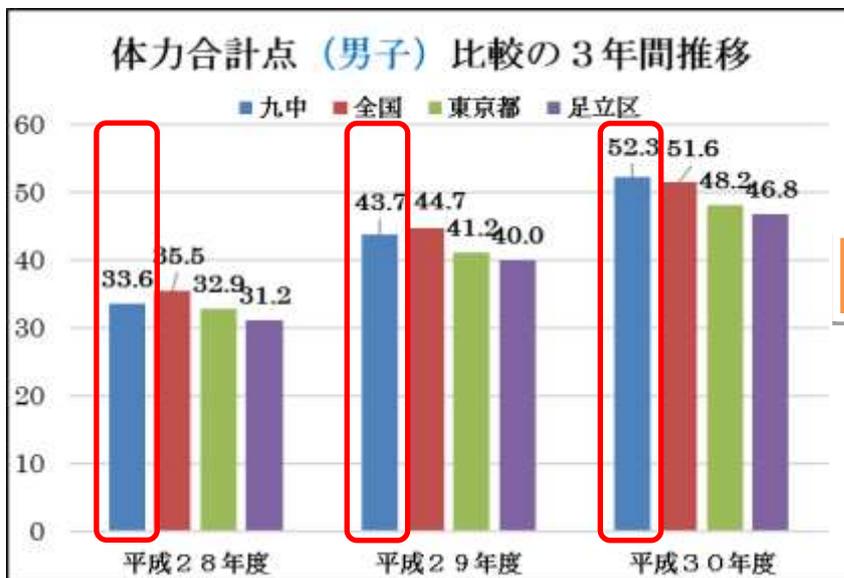


啓発リーフレット

4 研究のまとめ

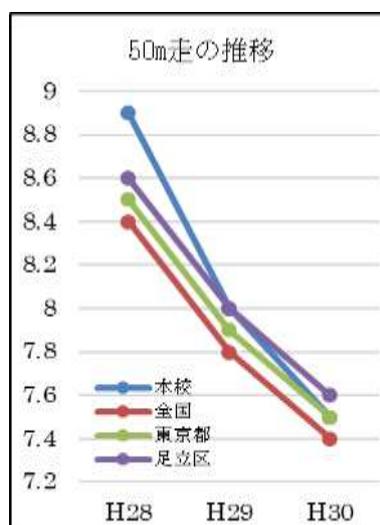
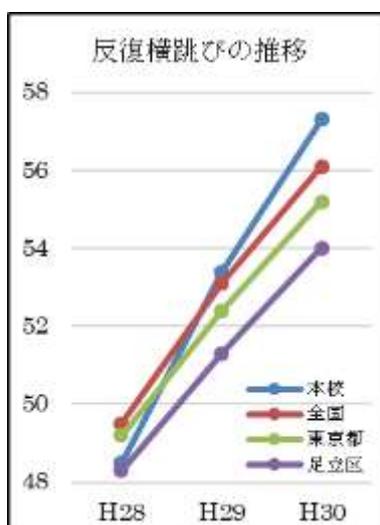
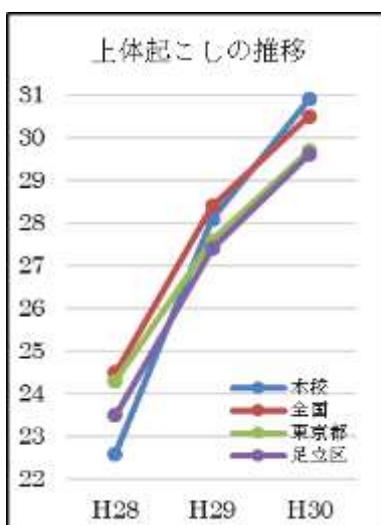
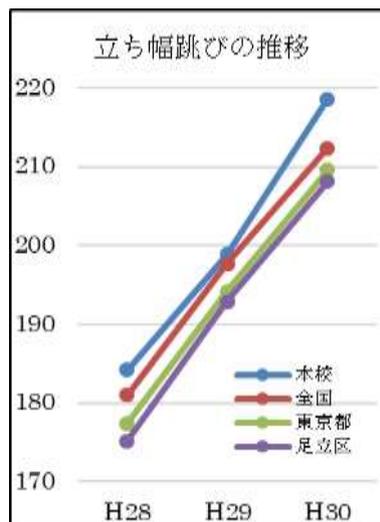
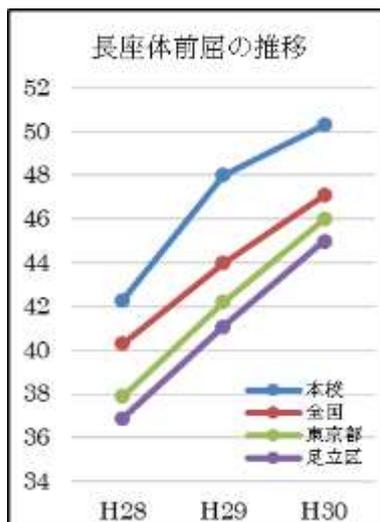
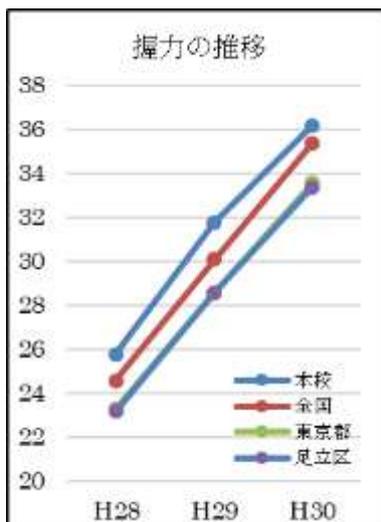
(1) 体力面での成果

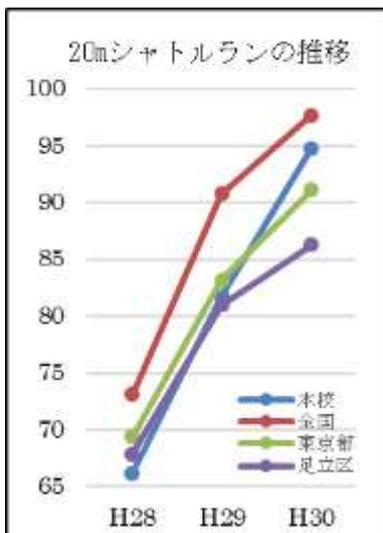
○ 男子の取組の成果



体力合計点は、第1学年では全国平均を下回っていたが、第3学年では全国平均を上回っている。

全国、東京都や足立区の平均は3年間変わらない伸び率であるが、九中は学年進行に伴う伸び率が高い。





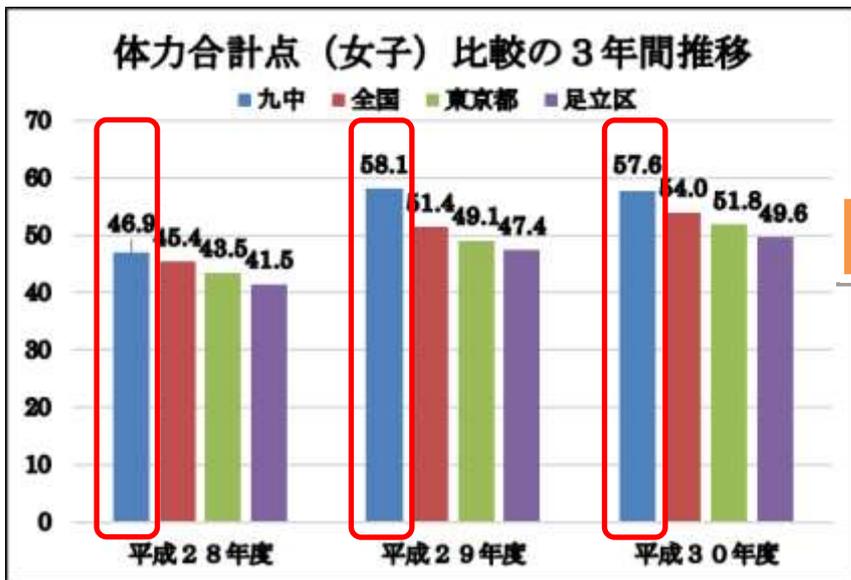
平成30年度 1500m持久走 (秒)	
九中	364.1
全国	365.1
東京都	375.7
足立区	388.6

項目別に見ると、第1学年では、握力や長座体前屈等は全国平均を若干上回っているが、その他はかなり下回っていた。

第3学年では、全ての項目で全国平均を上回るか同等のレベルまで体力が向上した。

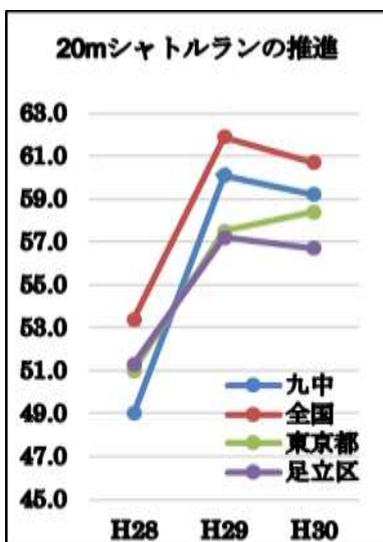
また、全身持久力をみる20mシャトルランは全国平均を下回っているが、1500m持久走では全国平均を上回った。

○ 女子の取組の成果



女子の体力合計点は、第1学年から第3学年までの3年間を通じて全国平均を上回っている。

特に、第1学年から第2学年にかけての伸び率は、全国、東京都や足立区と比較して大変高くなっている。



平成30年度 1000m持久走 (秒)	
九中	278.3
全国	284.0
東京都	288.4
足立区	298.8

第3学年で唯一全国平均を下回っている項目は、20mシャトルランであった。

しかし、同様に全身持久力をみる項目である1000m持久走では、全国平均を大きく上回っている。

(2) 意識や行動面での成果【生徒による自己診断】

調査結果（肯定的な回答の割合）平成29年12月10日実施

項目	全体	1年	2年	3年
学校生活に満足していますか。	89.4	90.0	83.3	94.8
挨拶はしっかりできていますか。	95.2	95.6	92.5	97.6
学校での学習に努力していますか	87.1	83.8	81.8	95.8
運動会では頑張りましたか。	97.0	97.5	94.9	99.4
文化祭では頑張りましたか。	97.2	96.9	97.7	98.9
部活動に積極的に参加しましたか。	91.6	94.3	87.6	93.1
体力は高まってきたと思いますか。	85.9	82.2	85.5	89.7
運動やスポーツに関心をもちましたか。	82.7	77.2	81.0	89.5
家庭学習を1時間以上やっていますか。	62.7	53.4	53.5	80.5
スマートフォン等を控えめにしている。	47.2	40.1	42.1	57.1
人のためになることをしましたか。	86.4	80.9	82.1	96.0
自分には良いところがあると思いますか。	73.8	65.6	69.7	85.6

各学年とも自己評価において、期待値を超える成果が見られた。特に、挨拶や学校行事での頑張り、部活動への積極的な参加は、学校全体でも90%を超える高い数値となった。

また、スーパーアクティブスクールとしての取組を複数年、継続的に行ってきた第3学年では、挨拶や行事等での頑張り、人のためになることをした等の行動面での自己評が95%を超えるなど、大きな成果が見られた。

全学年とも、スマートフォン等を控えめにしているが低い数値であった。

(3) 観点別の取組の成果

ア 体育学習の改善・充実

- 具体的な目標の設置や構造的な理解により、体力への関心が高まり、体力向上を実感した生徒が85%を超え、生徒の体力合計点は全国平均を上回った。
- 運動の楽しさを味わいながら体力を高められる体育学習の改善・充実により、体育や運動・スポーツが好きな生徒が80%を超えた。

イ 運動・スポーツの推進

- オリンピック・パラリンピック教育との関連を図り、運動・スポーツとの関わり方や楽しみ方を体験させ、運動・スポーツへの関心が高まった。
- 様々な場面で部活動を振興した結果、大会等での成績や保護者等の応援が増え、部活動に積極的に取り組んだと自己評価する生徒が90%を超えた。

ウ 生活・運動習慣の確立

- 小学校との連携を強化して、挨拶や生活習慣の確立に取り組んだ結果、挨拶がしっかりできたと自己評価した生徒が95%を超えた。

- ・ 規則正しく活力ある生活を推進してきた結果、自主的な生活や身体活動の向上など、保護者から我が子を評価する声が多くなった。

エ 意識向上と態度の育成

- ・ 保護者会や講演会、リーフレットや各種たよりにより、保護者や生徒の意識を高める取組を行い、自己肯定感を感じている第3学年の生徒が85%を超えた。

(4) 成果のまとめに代えて【教員の談話室】(今後の指導に生かす重要なヒント)

《全体》教職員の声

- ◇ 第1学年の時は身長が高いが全体的にぽっちゃりした生徒が多かった(第1学年男子の肥満傾向14.5%)けど、第3学年になって、筋肉がしっかり付いてたくましくなったように見える。また、体を動かすことが好き、あるいは運動することや体力・技能を高めることに誇りをもっている生徒が増えたように感じる。次の取組がよかったのかな。
 - ・ 体育の授業で、目標を定めて本気で取り組んだのがよかったのだろう。また、筋肉痛や苦しさを乗り越えさせた経験で、生徒は自分に自信をもてた。
 - ・ 部活動を推進する体制、集会での表彰や話、校長室だより等での運動・スポーツの価値の紹介、掲示物など、体力向上に関する意識啓発ができた。
 - ・ 様々な行事運営について、生徒の実行員会を組織させ、生徒の主体性を生かした活動を推進して生徒の意欲や活力が高まった。
 - ・ トップアスリートとの交流を通して、夢に向かって努力することや前向きに生きることの重要性を学び、生徒が生活改善できた(特に障害のある選手との交流が良かった)。
 - ・ 部活動では、練習や試合の体験を通して、自分を鍛えることの大切さを知るとともに、様々な取組におけるリーダーとしての能力・資質も高めていた。
 - ・ 部活動のリーダーが、生徒会役員や学級委員などでも頑張るという校風が学校全体の活力を高めた。
 - ・ 学力や体力のベースが生活習慣の確立や活力であることを保護者に訴えてきたこともよかったのかな。
- ◇ 第九中学校では、「体育学習等の改善・充実」「運動・スポーツの推進」「生活・運動習慣の確立」「意識向上と態度の育成」の4つの柱で取り組んできたことの総合的な成果として体力や意識が高まり、生徒たちが自信をもったと考えられる。

(5) 今後の課題(提言を含める。)

ア 学校における取組について

- ・ 必要な体力と活用の明確化

現在は都道府県で体力合計点を比較し、その順位で評価している状況である。しかし、実際にどのくらい体力があることが生徒一人一人の生活を豊かにできるのかという視点で検討がされていない。学校として、数値化された体力としての程度必要なのかという根本的な問題を解決していく必要がある。

また、生徒が目指しているスポーツ等でどのような体力を高める必要があるのか個人レベルで分析し活用していく必要があると考えている。

- ・ よりよい体育学習を創り出す仕組み

体力に関する教科学習は体育・保健体育の時間が中心である。教員が体育学習をつくろうとしても現在のOJTやOff-JTの仕組みでは、時間的にも内容的にも十分とはいえない。全ての学校の教員が十分学び、よりよい授業を開発する仕組み作りが必要である。



- ・ 部活動問題

体力向上や運動習慣づくりの視点から、学校体育の重要なものの一つとして部活動がある。学校生活を充実させるためにも人格形成上でも必要であると言われている。

しかしながら、現在部活動の運営について文部科学省やスポーツ省から様々な課題が提示され、学校ばかりか地方公共団体でも検討がなされている。生徒や保護者のニーズを踏まえ、指導体制づくりなど課題と解決策を明確にしていく必要がある。

イ 学校外における教育のあり方について考える

- ・ 公園など運動できる環境の問題

中央教育審議会答申（平成 14 年 9 月 30 日）では、体力が人間の心身の発達・成長を支え、人として創造的な活動をするために必要不可欠なものであり、人が知性を磨き、知力を働かせて活動をしていく源であると述べている。しかし、体力低下の原因の一つに子供を取り巻く環境の問題を挙げている。

現在、東京都の多くの地域では子供が思いっきり運動できる環境が整っているとは言いがたい。それぞれの自治体において、学校や保護者、地域住民で環境づくりについて検討し、解決していく必要がある。

- ・ 家庭教育や幼児教育の充実の問題

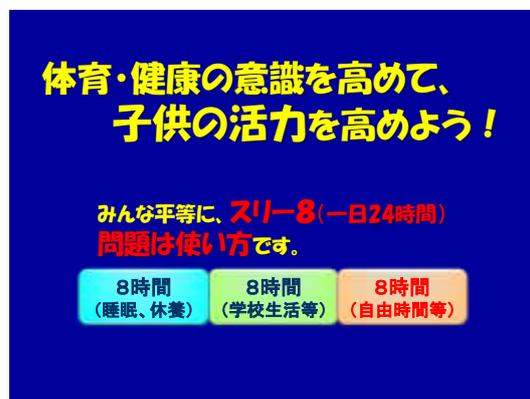
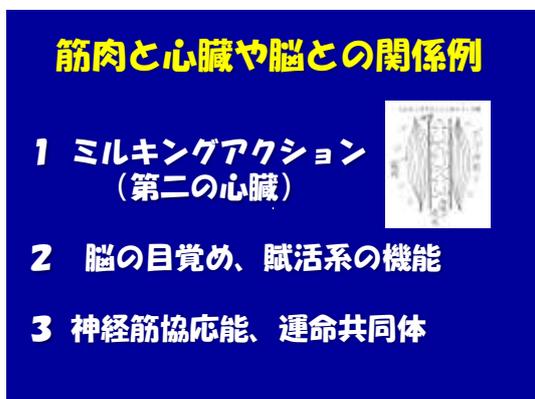
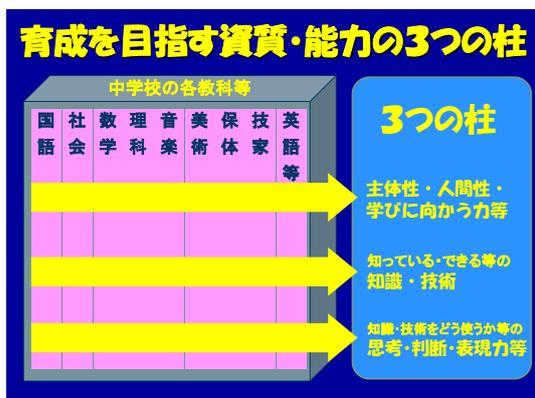
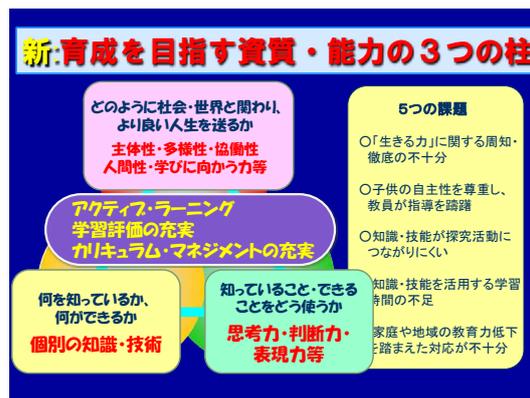
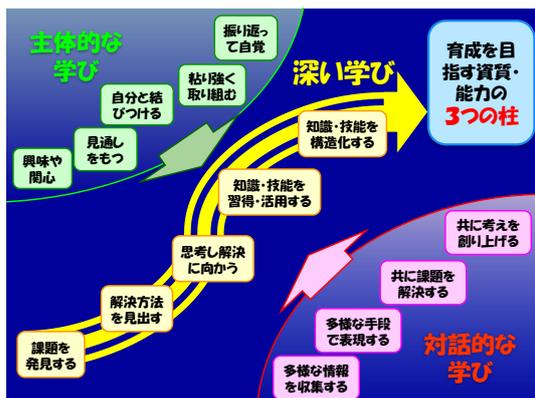
平成 18 年に教育基本法が改正されて 10 年以上が経過している。新設された項目の中に、「家庭教育（第 10 条）」「幼児教育（第 11 条）」「学校、家庭及び地域住民等との相互の連携協力（第 13 条）」等がある。しかし、国民への周知や具体的な取組について十分に行われているか疑問である。

例えば、家庭教育において、「保護者が生活に必要な習慣を身に付けさせるとともに、自立心を育成し、心身の調和のとれた発達を図るよう努める」とされている。しかしながら、各自治体が有効な方策を検討し、保護者に指導助言し、実践や成果の評価を行っているのでしょうか。学校現場では、近年、家庭教育の不十分なところを補うことも非常に多い。学校の教職員の負担が増加していることも報道されている中、家庭教育をどのように充実させていくのか具体的かつ有効な施策が必要である。

5 参考資料

(1) 授業改善の視点

体育・健康に関する授業づくりとして、生徒の発達の段階を考慮するとともに、体力や生活習慣、食育などの課題に対して、自ら発見し、仲間と共に討論し、解決していく力を身に付ける視点で取り組むこととした。



(2) 「校長室だより」からの抜粋



校長室だより 足立区立第九中学校

第93号 平成30年4月9日発行 長塚琢磨



【平成30年度のスタート】

入学・進級おめでとうございます。昨年度は保護者や地域の皆様にご理解とご協力をいただき、質の高い教育が展開でき、様々な場面で高い評価をいただきました。学校といたしましても大変うれしく思っています。

平成30年度も、生徒に自ら未来を切り拓く力を育成するため「文武両道」を合言葉に、生徒がわかる・できるまで「やさしく厳しく指導する」ことに努めてまいります。学校、家庭、地域の連携・協力により、未来の足立区や東京都、日本を担うことができる立派な生徒を育成できるよう今後ともよろしくお願いいたします。



正門の様

【教育目標】 人間尊重の精神を基盤に据え自ら学ぶ意欲をもち、社会の変化に主体的に対応し、国際社会で活躍できる知・徳・体の調和のとれた人間性豊かな生徒を育成する。

【生徒像】 「磨く」 「挑む」 「思いやる」

第63号

【たくましい九中生に期待】

第1学年は、明日（5月18日）から魚沼自然教室があります。自然の素敵さを知るとともに、自然の恵みに感謝する心や仲間との友情を深めてほしいと考えています。

また、運動会まであと一ヶ月を切りました。運動会は学校における最大のスポーツの祭典であり、学校のオリンピックです。運動会をとおして体力の向上だけでなく、クラスの団結力の向上や集中力、思いやりの心なども高めてほしいと考えています。

中学生は、身長や筋力、脳の発達も著しい時期と言われています。「早寝・早起き・朝ごはん」といわれますが、生徒一人一人が素敵な力を発揮するために、正しい生活リズム、栄養、運動を大切にしようご家庭におきましても指導をお願いいたします。

腕
〈ある中学生の詩〉

腕をみた
あの頃の腕とずいぶん違う
ありがとう中学生生活
腕ばかりでない
心もずいぶん太くなった
叱られて泣いた
うれしくて泣いた
この腕をみてまた泣いた
この腕なら
何かができるぞと思った

第65号

【生徒が割り上げた運動会！大成功！！】

6月11日（土）晴天に恵まれ、全生徒が素晴らしい運動会を自らの力で成功させたことを御報告いたします。運動委員を中心に気持ちを高めていったこと、各係が何度も確認したこと、クラスが団結するために本気で取り組んだことなど、準備段階から努力してきた姿を見て、また、当日の朝、生徒のさわやかな笑顔を見て成功を確信しました。中でも、3年生の燃える心とリーダーとしての責任感が学校全体に伝わり、運動会を成功に導いたと考えています。



競技では、生徒たちが、最後まで全力を出しきることの美しさを参観に来ている大人にみせ、感動を与えてくれました。そしてこのことが、人間を大きく成長させる基盤であり、エネルギーであることを改めて教えてくれました。生徒たちには、九中生として、仲間と共に本気で取り組み、運動会を成功させたことに誇りをもってほしいと思います。

【燃える3年生、団結力で大成功へ！】

学校のリーダーである3年生をほめたいと思います。笑顔での挨拶、真剣に授業に取り組む姿勢、部活動での集中力など、普段から素敵な3年生だからこそ、運動会という場でその成果が表れたのだと考えています。



3年生の団結力！
一つになった
燃える心とかけ声

特に、大ムカデでみせた熱い思いと一致団結した行動は観ている人に感動を与えてくれました。また、競技を支える係活動でも自主的に動き、運動会を中心になって運営してくれました。

このように、スポーツの社会的な価値を大きく伝えてくれました。九中をより発展させた3年生に心から拍手を贈りたいと思います。



コラム：校長の思い「運動会の講評」6月11日

皆さんは、今は疲れているはずですが、輝く瞳でしっかり行動できています。皆さんは、**若者らしいさわやか**さと団結した**パワー**をみせ、皆さん自身で素敵な運動会をつくり上げ、成功させてくれたことに、校長としてとてもうれしく思います。



今、優勝と準優勝クラスを表彰しました。スポーツですから勝ち負けはあります。大切なことは、皆さんが見せてくれた、勝ちたいという**意思**をもち**本気**になること、**仲間**と共に**全力**で取り組むことです。（これらは、人間を成長させる基盤でありエネルギーです。）来賓、保護者・地域の皆様も、そのことを、改めて皆さんから学んだと思います。

本日の運動会の成功は、スローガンにあるとおりの**みんなの心が団結**したからだと考えています。その団結できる第九中学校の校長であることを誇りに思います。

今後も素敵な力を生かし、発展させていってほしいと思います。皆さんのもっている素晴らしい力を見せてもらいました。**「九中魂 ここにあり！」**

第71号

【出会いは大切！パラリンピアンが九中に来る！】

11月24日（木）に、パラリンピックのシドニー大会において自転車競技で金メダル、アトランタ大会において走高跳びで銅メダルを取った葎原滋男さんが、第九中学校に来てくれます。



葎原さんは、視力が低下してから様々な苦勞を乗り越え、見事にメダルに輝きました。出合いを大切にして、その生き方から学び、自分の生き方を考えてほしいと思います。

コラム：「全て人との出会い」宇津木妙子(元女子ソフトボール日本代表監督)

10月21日（金）に高崎市で、女子ソフトボールにおいて、シドニーオリンピック銀メダル、アテネオリンピック銅メダルの監督を務めた宇津木妙子さんの素敵な話を聴きました。その一部を紹介します。

兄姉は、勉強ができて優秀だったが私はだめだった。でも、かけっこはいつも一番だったので、スポーツで輝こうと考えました。

日本代表選手や監督になったのも、親や指導してくれた方々、素敵な仲間、頑張ってくれる選手たちのお陰です。特に、親や部活動顧問から言われた「挨拶」「時間厳守」「整理整頓」は、今でも私の生き方のベースになっています。理事長をしている今、改めて「スポーツはただ勝つだけではだめで、みんなが支援したくなる礼儀・マナーや貢献する心などが大切である」と考えています。

様々な人に出会って、つらい経験もありましたが、今の自分があるのは、全て人との出会いのお陰です。今後は、一人一人の違いを踏まえ、人を生かしてあげようと考えています。



第74号

コラム：駅伝 100 周年「日本が発祥地」

駅伝競走は、数人が長距離をリレー形式で走り、そのタイムを競う陸上競技です。国際陸上競技連盟では、国際名称を“Road relay”としていますが、日本の発祥であることから、そのまま“Ekiden (エキデン)”と呼んでいることがあるそうです。



競技としての最初の駅伝は、とうきょうてんと※東京 奠都50周年記念として1917年4月27日に行われた「東海道駅伝徒歩競走」であり、今年で100周年を迎えるそうです。

さて、1月2日と3日に行われた第93回箱根駅伝では、青山学院大学が3連覇を成し遂げました。原監督は、学生駅伝3冠と箱根3連覇を視野に入れ、原監督体制となって9度目の箱根駅伝ということから、感謝の意味を込めて「サンキュー大作戦」と名付けて取り組み、大成功だったと喜んでいました。

※ 東京奠都：江戸が東京と改称され、都として定められたこと。

第79号

コラム：「羽生結弦選手の自分ルール」始業式での校長の話より

羽生結弦選手が、4月の世界選手権大会において、フリーの演技で世界歴代最高得点をマークして、逆転優勝したことは知っていますか。

宮城県出身で、6年前「3.11」東日本大震災でつらい体験や、練習できない状況にあった羽生結弦選手は、2つの自分ルールを決めたそうです。第一は「一生懸命な姿で皆に勇気を与えたい」、第二は「メダルを取って温かく支えてくれた故郷の人に感謝の気持ちを表したい」です。

そして、難しい4回転ジャンプを何度も跳ぶために、筋力を鍛え、食事を工夫してスタミナを付け、失敗を何回も繰り返しながらも練習で、最高の演技を身に付けました。

まさに、九中の「磨く」「挑む」「思いやる」の精神です。君たちには無限の可能性ががあります。明確な目標をもち努力し続けてください。一年間でこれだけ成長したと自分に誇りをもてるようになってください。また仲間がいることを忘れず、助け合い、励まし合って、自分自身も仲間も成長させてください。私も、素敵な君たちと共に頑張ろうと考えています。

第81号

【学力・体力アップの基礎は生活習慣！】

学力や体力、豊かな心を育むためには、「早寝・早起き・朝ごはん」と「適切な運動」が大切です。誰からも信頼される人、自分の行動に誇りをもてる人は、生活習慣がしっかりしているとされています。たとえば、次のことをご家庭で確認してみてください。

- 朝は自分で起き、ふとんは自分でたたむ。
- 朝ごはんをしっかり食べる。
- 朝日を浴びる。元気に挨拶をする。
- 学校ではチャイム着席を守り落ち着いて授業を受ける。
- 掃除等の当番活動、委員会活動、部活動などに取り組む。
- 家に帰ったらブラブラ出歩かず家庭学習や運動等を行う。
- 学校の準備は前日に行う（忘れもの等はしない）。
- 落ち着いて心と体を休め、早めに寝る。



第84号

【夏休みの成果を發揮しよう！】

◆ その2 部活動

夏休み中に、いくつもの部活動の練習や大会・発表会を見せられました。3年生が完全燃焼しようと全力を尽くす姿、1・2年生が先輩に必死についていく姿、自分たちに感動し涙する姿などを見て胸がいっぱいになりました。そして、素敵な九中の心と態度を伝承し、新しい時代が始まることを感じました。



心から燃えよう！

第85号

【新役員決定！ 生徒会選挙 大成功！】

9月27日（水）第6校時に、体育館において生徒会役員選挙立会演説会がありました。生徒が組織する選挙管理委員会、立候補する生徒、応援する生徒たちの真剣な様子を見て、とっても頼もしく思えました。

また、後輩を見守る3年生の態度も立派でした。こうして九中の素敵な伝統が引き継がれ、ますます発展していくのだと感じました。



生徒会選挙に向けた登校時の活動



立会演説会

第86号

【10月は東京都体力向上努力月間！】

「体力は、人間の心身の発達・成長を支え、人として創造的な活動をするために必要不可欠なものであり、人が知性を磨き、知力を働かせて活動をしていく源である」といわれています。

第九中学校は、平成28年度に東京都教育委員会からスーパーアクティブスクールの指定校として体力向上について実践的に研究しています。

心身ともに健康で、活力ある生徒を育成し、自らの未来を、自信をもって切り拓く体力や学力を身に付けさせたいと考えています。そのためには、運動・スポーツの推進とともに、基本的な生活習慣の確立と食育などが必要です。ご協力をよろしくお願いいたします。



第88号

コラム：岩出雅之監督(帝京大学ラグビー部を史上初の8連覇に導いた)が語る

11月10日（金）に、和歌山県で全国学校体育研究大会があり、その時の特別講演で、岩出雅之監督は「学生選手の未来に繋がる指導の在り方」と題して、様々な経験から常に進化し続ける意思と行動力の重要性を語ってくれました。

大学で指導していることは、大学でのゴールを目指すのではなく、**社会のゴールを意識していること、自ら学び成長する組織の育成、イノベーションを生み出す開発能力であること**など、本校の「磨く」「挑む」「思いやる」の校訓と志を同じくするものと考えました。また、楽しく・知的で・力が身に付く活動を推進してきた結果として、帝京大学ラグビー部が史上初の全国大学ラグビーフットボール選手権大会の8連覇に繋がったのだそうです。

岩出監督が最後に語ってくれた言葉「心に火を付ける」「チーム」を、私は「学校・家庭・地域のチーム九中で、心から燃える素敵な生徒を育成する」ととらえました。



第96号 【6月に贈る詩】《運動会に向かう生徒の姿をとてもうれしく感じています。》

全力

後藤 静香

大関の相撲、
名優の芝居、
幼稚園の運動会、
見ていると涙が出る。
全力があまりに神々しいからである。
はちきれほどに熟したスイカの美しさ。
咲けるだけ咲いた野菊の美しさ。
全力は美である。
力いっぱいあらわれは、
何でも人を引き付ける。

第97号

コラム:原 博実氏が語る「Jリーグ百年構想」

6月14日(木)に原 博実氏(Jリーグメディアプロモーション取締役)の話を聴く機会がありました。日本のサッカーを世界レベルに引き上げたいという夢を実現させるためにプロの制度をつかった話や、社会貢献をしながらスポーツやサッカーの価値を知ってもらうために努力してきたことを知り、大変共感できました。



また、次代を考えジュニアユースの設置や地域でスポーツコーチを行うなど人材育成に努め、夢の実現に向けて今でも前向きに取り組んでいるそうです。

第101号

コラム:10月5日 前期終業式での校長の話(要旨)

先ずは、前期よく頑張ってくれて、各学年大きく成長したことを大変うれしく思っています。・・・(中略)・・・前期を振り返って目標を確認し、素敵な後期をスタートさせ、3月には誇れるしめくくりをしてほしい。特に、3年生は、義務教育をしめくくる半年ですから、本気で頑張っ胸を張って素敵な卒業式を迎えてほしい。



15年位前に、日本に来たマイケル・ジョーダン(当時NBAで世界一として注目されたシカゴ・ブルズの選手)の話を聞くことができました。ある人がジョーダン選手に「世界一になる練習はどのようなものですか」と聞いたところ、ジョーダン選手は「はじめの頃、私は取材陣にかっこいい練習を見せようとしていました。しかし、間違えだと気づき、誰が見ていても見ていなくても気にせず本気で練習することにしました。きつい練習を続けていた結果、いつの間にか世界一になっていました。」と答えました。私はこの言葉に感動し、この言葉を胸に、いつでも全力で頑張ろうと考えています。

君たちにとって参考になればうれしいと思います。3日間の休み後に、元気で笑顔の素敵な君たちと会うことを楽しみにしています。

(3) リーフレットや研究等概要、学校経営計画、各種プラン等

平成29年度 第九中学校の学校経営計画について(概要)

平成29年4月1日

足立区立第九中学校長
長 塚 琢 磨

学校教育目標

人間尊重の精神を基盤に探求自ら学ぶ意欲をもち、社会の変化に主体的に対応し、国際社会で活躍できる知・徳・体の調和のとれた人間性豊かな生徒を育成する

生徒行動指針(校訓)

磨く 自分自身のよさを見いだし、向上していく。
挑む できないことや新しいこと等に立ち向かっていく。
思いやる 自他の違いを認め、尊重する心を育む。

教職員指針

「やさしく厳しく指導する」
 生徒がわかるまで、できるまで指導する。
 「組織で職務に当たる」
 報告・連絡・相談を密にし、組織で仕事を推進する。

基本的な考え方

【学校経営の3つの柱】

- 学力向上
- 健全育成
- 体力向上

小中一貫教育による
活力ある子どもの育成

○ 義務教育の最終段階として自立させる指導
 生徒が、自らを律し、活力ある行動により、自らを高め、自分にあった適切な進路を選択する力の育成が必要である。

○ わかる授業、できる授業づくりと家庭との連携強化
 学校と家庭が一丸となって、生徒が自己開発できるように、親の態度を育成する必要がある。

○ 先達の段階に合った指導の充実
 小中一貫教育の視点に立った長期的な指導が必要である。

平成28年度全国学力・学習状況調査の結果より

学習の進捗をすすめている	66.0	30.9	1.0
分かるまで教えてくれる	40.7	43.8	11.3

※ 左から「3年程度以上」、「2年程度以上」、「1年程度以上」
 「1年程度未満」、「20分未満」です。

読書習慣(読書)	12.4	19.6	30.4	17.5	30.1
スポーツ等の参加	24.7	10.6	16.5	19.6	22.7

※ 左から「3年程度以上」、「2年程度以上」、「1年程度以上」
 「1年程度未満」、「20分未満」です。

平成29年度の重点と主な取組

指導の重点	主な取組
学力向上 基礎学力の定着と思考力・判断力・表現力を育成し主体性と問題感覚をもった人材を育成する。	個に応じたきめ細かな指導、教科コンテストの実施、ESL(エクストラ・サブプリメント・レッスン)、夏季補習教室やサマースクール、関係機関との連携、土曜スクールや各種検定の推進 など
豊かな心の育成 思いやりの心を育てるとともに、自治の力を身に付けさせ、自己有用感や自尊感情を高める	挨拶や礼儀・マナーの推進、人権教育の推進、道徳教育の充実、学校行事等における生徒の主体的な取組、自治活動の充実、社会貢献活動の推進 など
体力向上 全ての活動の源である体力の理解を深め、生涯にわたって健康で豊かな生活を送る基礎を育む。	保健体育等の授業の改善・充実、生活習慣や運動習慣の確立、部活動の推進、食育の推進、スーパーアクティブスクールの実践研究 など
小中一貫教育の視点に立った指導の充実 義務教育9年間での体系的・系統的な指導を行い、次代を担う活力ある子どもを育成する。	足立スタンダードを活用した指導の充実、小学生の中学校授業や部活動等の体験、夏季休業中における連携・協力による補習学習、指導内容の系統性を踏まえた授業研究 など
指導体制の充実 学校・家庭・地域がチームとして子どもを育てる仕組みの構築や授業力の向上を図る。	学校・家庭・地域の連携・協力の強化、開かれた学校づくり協議会等の充実、OJTの充実、若手教員の育成、HP、各種便り、公開授業等による情報発信 など

みんなで素敵な子どもに育てよう

平成29年4月11日

足立区立第九中学校長
長 塚 琢 磨

生きる力を育もう!

情報

授業で基礎学力を身に付け学習意欲を高めよう

叱るべき時はきちんと叱ろう(信頼や尊敬)

競争と協力を集団生活の中で学ばせよう

奉仕活動で人に感謝される経験をさせよう

子どもが挨拶するように先生から挨拶するなど声をかけよう

信頼

地域の大人が子どもを立派にするための声をかけよう

地域の歴史や文化を大切にすることを育てよう

子どもたちと一緒に地域をきれいにしよう

地域の行事に積極的に参加させよう

子育てのコツを地域や近所で教え合おう

確かな学力

基礎・基本の定着と、自ら課題を見付け、よりよく問題を解決する資質や能力

豊かな人間性

自らを律しつつ、他人とともに協調し、他人を思いやる心や感動する心など

健やかな体

人間のあらゆる活動源であり、たくましく生きるための基盤である健康や体力

連携

挨拶や迷惑をかけたときの謝罪などを教えよう

他の人や先生が叱ってくれたら感謝しよう

家庭で大切にしたいこと

子どものよさを見付けて1日に3回は褒めよう

家庭のきまりや行事をつくり取り組もう

自然の美しさや厳しさを肌で感じさせよう

協働

子どものために親がしっかり考え、働いていることを伝えよう



活力ある生徒の育成を目指して

平成28年1月13日 足立区立第九中学校 スーパーアクティフスクール事務局

活力とは？

- 本校では、「様々なことに関心をもち、主体的に豊かな生活を送る力」ととらえた。
- ◆ 元氣よく思い切り思い切りする力
- ◆ 活動を生み出す力
- ※ 足立区基本構想では、「持続可能な社会を支える力であるとともに、進化のためのエネルギー」

質の高い生活をしよう！

- ◆ 早寝早起と朝ごはん ◆ 水曜の光を浴びる
- ◆ 元氣な挨拶 意欲的な活動
- ◆ 1時間以上の学習
- ◆ 毎日10分の運動
- ◆ 家の手伝いや社会貢献活動

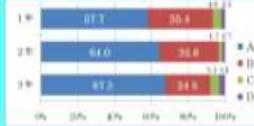


生きる力とは？

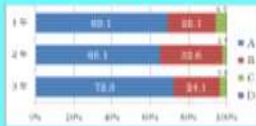
- 「確かな学力」、「豊かな人間性」、「健康や体力」のバランスがとれた力です。
- ◆ 学習習慣の確立
- ◆ 人間関係づくり
- ◆ 運動習慣の確立
- どれも大切なおことです。



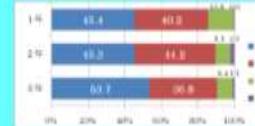
1 学校生活に満足していますか



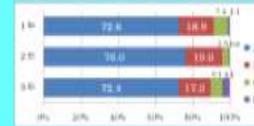
2 授業はしっかりできていますか



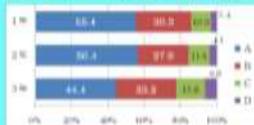
3 学校での学習に努力していますか



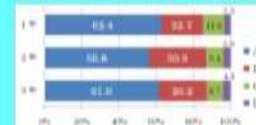
4 部活動に積極的に参加しましたか



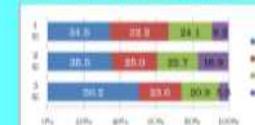
5 体力が高まってきたと思いますか



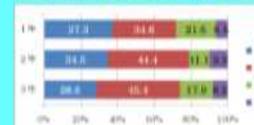
6 運動やスポーツに関心をもちましたか



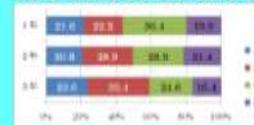
7 家庭学習を1時間以上やっていますか



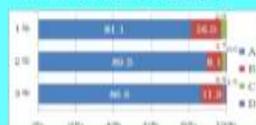
8 自分に良いところがあると思いますか



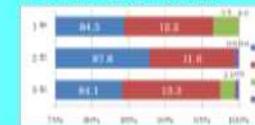
9 スマートフォン等を扱っていますか



10 運動会では頑張りましたか



11 文化祭では頑張りましたか



※ これは、平成28年12月10日に実施した生徒の自己評価アンケート結果です。
 Aは、「そう思う」
 Bは、「どちらかといえばそう思う」
 Cは、「どちらかといえばそう思わない」
 Dは、「そう思わない」

平成29年度からの第九中学校区の小中一貫教育の方向性について（概要）

平成29年2月10日

足立区立第九中学校

経緯と動向

平成28年度まで

- 研究主題**
「確かな学力の定着を図るための指導の在り方—足立スタンダードを基礎とした義務教育9年間の学習指導の充実—」
- 実施方法**
・ 九中と梅島小の小中連携と、亀田小と梅島第二小の小中連携による研究
・ 教科等分科会をベースに研究を進める
- 研究成果**
体系的な指導の理解と授業力の向上

今、求められている教育

- 中央教育審議会答申より**
・ 学習指導要領等の改善の方向性
育成を目指す資質と能力など、「学びの地域」として6点にわたる枠組みの見直し
カリキュラムマネジメント
アクティブ・ラーニングの視点
- 足立区、第九中学校区**
・ 足立区基本構想（平成28年10月策定）
「協働力つくる 活力にあふれ 進化し続ける ひと・まち 足立」
・ 第九中学校区
人情味や活力にあふれた地域
古くから住む人と新しく来た人が置なし
教育への期待が大きい地域
- 小中一貫教育の方向性**
・ 国や都の施策
一貫教育の推進、指導体制の整備
・ 区の施策
平成30年度から全地域で小中連携

基本的な考え方（研究内容と組織）

- 研究主題**
9年間を見通した、主体的、対話的で深い学びを実現する指導の工夫
—東京オリンピック・パラリンピックを見据えた活力ある子どもの育成—
- ねらい**
・ 中央教育審議会答申にある「育成を目指す資質や能力」の効果的な指導実践に関する実践的な研究を行い、授業力を高める。
・ 小・中学校の協働により、国際感覚を養うとともに、自ら課題を発見し、他者と関わり、主体的に解決する子どもを育成する。
・ 学習習慣や生活習慣の確立など、活力ある子どもの育成を目指す。
- 組織・運営**
・ 校長、副校長、教務主任及び研究主任で構成する推進委員会を設置し、円滑な運営を図る。
・ 全体会を含め年間6回の4校での研究会を設け、それぞれの発達の段階におけるよりよい授業づくりや、教員の授業力向上を図る。
・ 各校の状況を踏まえ、研究日以外でも連携を図り研究を推進する。
・ 年間2回の検証授業を実施し、協議と講師の指導等を設定する。
・ 研究主題に迫るため、「学び方」「国際理解」「体力向上」の3つの部会を設置し、全体会で研究成果を発表する。

学び方部会

- 1 構成**
国語科、算数・数学科、理科
- 2 内容**
「主体的な学び」「対話的な学び」
「深い学び」について、各発達の段階や、授業の導入・展開・まとめで、どのように入れると有効なのかの実践的研究を行う。
※ 例：マトリクス等でまとめる。
- 3 その他**
・ 検証授業を2回行う。
・ いわゆるアクティブ・ラーニングの視点で研究する。

国際理解教育部会

- 1 構成**
外国語・英語科、社会科、生活科
音楽科、図工・美術科
- 2 内容**
東京オリンピック・パラリンピックを見据え、日本や異国の伝統・文化等を理解する。また、様々な交流や、英語による日本や地域の紹介を行う。
各学年段階等において身に付ける力を検討し、その実践的研究を行う。
- 3 その他**
・ 検証授業を2回行う。
・ 小学校の英語教育を考える。

体力向上部会

- 1 構成**
体育・保健体育科、家庭・技術・家庭科、養護、音楽
- 2 内容**
体力を高めるための運動、食育、生活習慣や運動習慣の確立の視点から、体力が高まり、活力がある生活を送るための学習内容や、学習過程及び教材開発の実践的研究を行う。
- 3 その他**
・ 検証授業を2回行う。
・ 子どもの体力や生活習慣等の現状を把握し、課題を明確にする。

研究のまとめ 1年次：各分科会で授業を行い、研究成果を紙面にまとめる（様式を示す）。
 2年次：2年次のまとめとともに、2年間の研究を小冊子にまとめる。

足立区立第九中学校の体力向上の取組(特に投力)について(概要)

平成30年5月31日

足立区立第九中学校

生徒像と体力的課題

【目指す生徒像】

- **強く** (自己のよさを知り向上する) ● **機敏** (新たなこと等に挑戦する) ● **思いやる** (自己を大切にする)

【体力的な課題】

- 運動・スポーツを好んで行う生徒を増やすこと
- 「持久力」「投力」「腕力」を高めること
- 基本的な生活習慣等を確立すること
- バランスよい食事と食習慣を確立すること
- 積極的な家での子供の社会貢献を行うこと
- 運動遊びや平日も含めた一日の身体活動量を増やすこと

体力向上の推進

【目標とする視点】

- 投力(ハンドボール投げ3m)を向上させるとともに、体力測定結果を全国平均まで引き上げる。
- 豊かな生活を送る能力ある生徒を育成する。

【推進の方向性】

- 1 体育学習等の改善・充実
- 2 運動・スポーツの推進
- 3 生活・運動習慣の確立
- 4 意識向上と態度の育成



生徒や保護者

【生徒の実態】

- 全体として、挨拶がしっかりでき、礼儀やマナーが良い。
- 「持久力」「投力」「腕力」が低い傾向にある。
- 認識傾向の生徒が多い(特に第1学年男子14.5%)等)。
- 進んで運動する生徒とそうでない生徒の二極化がある。
- ゲームやスマホ等に時間を使う傾向がある。

【保護者等の思い】

- 健康であればよく、学力向上を優先に考えられる傾向がある。
- 部活動などより高いレベルで活躍してほしいと願う保護者や地域住民も多い。

体力向上(主に投力)実施計画

【目的】 東京都や足立区の調査・生徒の体力に関する実態の把握である投力の向上について、短期間に効果のある取組を研究して成果を上げ、生徒の体力への関心と自己肯定感を高める。

【期間】 平成29年10月から12月

【視点】 投力を中心とするが、生徒が主体的に体力を向上させる積極的な取組を考へる。

1 体育学習等の改善・充実

【調査結果の分析】

- 持久力、投力等の課題解決策の検討
- 解決策の実施と検証 など

【導入の工夫】

- 体カへの意識を高める指導・助言
- 体力を高める学習活動(高速ダービー、補助倒立など)

【投げ方の研究】

- ポイントの明確化と適切な解説
- ICTの活用
- 教え合い・学習



【評価の工夫】

- 成長発表と記録会
- 掲示等による優秀記録や伸びの賞賛

2 運動・スポーツの推進

【運動遊びの推進】

- 的当てゲームの実施
- 射を上げ上げに投げること
- をおろいとして的を安定させる(玉入れの玉等)。
- スカッドボーイの活用
- きれいに速くに投げ。



【ミニトレーニングの推進】

- 朝や休み時間を活用した自主的トレーニングを推進する。
- 例)高速ダービー、スタワード、タオル投げ、ストレッチ など

【部活動の推進】

- 全員参加の推進
- 表彰等での賞賛



3 生活・運動習慣の確立

【活力ある生活の推進】

- 早起・早起き・朝食の大切さ
- 朝ごはん
- 元気な挨拶
- 整理整頓など

【食育の推進】

- 朝食指導の充実
- 家庭への発信

【平日常の推進】

- 買い物、掃除等
- ボランティア活動
- 進んで身体活動

【自主トレの推進】

- 地域のスポーツ
- 家でのトレーニング

4 意識向上と態度の育成

【情報提供】

- 校長室だより
- はげんだより等
- 記録の表示
- 情報の校内掲示

【体育理論の理解】

- 科学的理解の推進

【地域での講演】

- 保護者対象のオリンピックによる講演
- 「夢の実現」

【アンケート調査】

- 自己点検の推進
- 自己評価と賞賛で自己肯定感向上

研究の成果【投力の向上】 ハンドボール投げ3.5m向上(男子4.1m、女子3.0m)
【意識の向上】 運動・スポーツへの関心 82.7%、部活動に積極的 91.6%
 感想「ちょっとしたトレーニングで記録がすぐ伸びてうれしかった」など

今後の課題【学校の取組】 総合的体力向上方策の策定、授業改善・工夫、取組の充実
【連携の強化】 保護者への教育支援、関係機関との連携した取組の充実等
目標: (主体的に行動(身体活動)する態度の育成、体力合計点を全国平均まで向上)

参 考

生徒の自主トレーニングを推進するカード

10日間で体力アップ:自主研究

投力:目指せ! 体力テストプラス3m!

6月(6)月 → 12月(10)月

項目	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
立派な挨拶	○	○	○	○	○	○	○
整理整頓	○	○	○	○	○	○	○
体育授業の理解	○	○	○	○	○	○	○
活字の活用	○	○	○	○	○	○	○
自主的な学習	○	○	○	○	○	○	○
【高速ダービー】	○	○	○	○	○	○	○
【10m投げ(4手)】	○	○	○	○	○	○	○
【10m投げ(2手)】	○	○	○	○	○	○	○
【その他】	○	○	○	○	○	○	○

注: 例) 高速ダービー投げ、ボール投げ、スタワード、ストレッチなどを各自で決めます。記録、表彰、朝会、同窓会などに活用します。(賞状、記録簿等)

【感想】 今更ニトレーニングから、自分からやるのが好きになりました。コツ、コツとやるのが好きです。少しづつは伸びていっているのがうれしかったです。

昼休みの投力アップを目指した運動遊びの推進

投力アップに挑戦 君はどこまで達成できるか —昼休みのミニトレーニング—

① 的当て挑戦(初級、中級、上級)

② 障害物を越え高く速くに飛ばせ挑戦

※ 君は、「玉入れの玉」「スカッドボーイ」「バレーボール」のどれを使いますか。

1 日時 12月12日(火)~21日(金) の昼休み(行事や当番等が優先です)

2 場所 体育館

※ 入口で確認票チェックをします。

3 対象 第1学年の生徒の希望者

投力アップ挑戦 確認票

第1学年 組:氏名

	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	(例)
確認票												① 中
メモ欄												② 玉
③ 達成												ス

※ メモ欄は、自分で記録しておきましょう。(例)は、「的当て」で中級達成、「高く速く」で玉入れの玉とスカッドボーイで達成の意味です。

グローバル人材を育成する第九中学校のオリンピック・パラリンピック教育(概要)

平成28年度から

足立区立第九中学校

基本的な考え方

子供たち一人一人の心と体に、人生の糧となるかけがえのないレガシーを形成する(次の4つを重点とする)。

- 1 自ら目標をもって自己を肯定し、自らのベストを目指す意欲と態度
- 2 スポーツに親しみ、「知」「徳」「体」の調和の取れた成長
- 3 日本人としての自覚と誇りをもち、自ら学び行動できる国際感覚
- 4 多様性を尊重し、共生社会の実現や国際社会の平和と発展に貢献

都の推進の方向性

【4つのテーマ】
「オリンピック・パラリンピックの精神」「スポーツ」「文化」「環境」の4つのテーマで推進する。
※ オリンピック・パラリンピックは、世界を結ぶ平和の祭典でもある。

【4つのアクション】
オリンピック・パラリンピック教育を進めるに当たり、「学ぶ(知る)」「観る」「する(体験・交流)」「支える」の4つの視点で取り組みを深めていく。

【留意点】

- 英語を中心とするコミュニケーション能力の育成
- 自尊感情や自己肯定感の向上
- 体力・運動能力の向上
- 「おもてなし」など貢献活動の推進
- 障がい者理解と人権教育の充実 など

オリンピック・パラリンピック教育推進委員会

【目的】 世界最大のスポーツの祭典であるとともに、様々な人や文化を理解し交流する平和の祭典であるオリンピック・パラリンピックを教材とした有効な教育の在り方を追究する。

【内容】 教育課程への位置付け、具体的な取組の検討、実施及び評価、その他本事業に関すること

【構成】 企画委員会の委員をもって充てる。

戦略1 オリンピック・パラリンピックの精神

【取組1】 オリンピック・パラリンピックの理解
オリンピック・パラリンピックの歴史、オリンピック・パラリンピックの国際社会における価値、支え発展させた人物、オリ・パラ教室等(競技種目や世界記録等の理解)の設置や地下等での参加国の国旗等の掲示 など

【取組2】 オリンピック・パラリンピック選手等との交流体験など
オリンピック・パラリンピック選手との交流(スポーツ・アクティブスクールとの関連を図る)、スポーツトレーナー等との交流、オリンピック・パラリンピックを支える体験、ボランティア活動の推進 など

戦略2 運動・スポーツの推進、健康教育の推進

【取組3】 外遊びや運動・スポーツの推進
体育学習の工夫・改善、特色ある学校体育の充実、保幼小中の体系的・継続的指導の充実、部活動の振興、体力・運動能力向上の取組の強化(学校全体での取組)、保幼小中の系統的な指導、地域等との連携によるスポーツの推進 など

【取組4】 健康教育の推進
「早寝・早起き・朝ごはん」の推進、生活習慣・運動習慣の確立、食育の推進、学校・家庭・地域の連携した教育の充実、自尊感情や自己肯定感を高め主体的に生きる態度の育成、リーフレット等による意識啓発 など

戦略3 文化(国際理解教育の推進)

【取組5】 国際感覚の育成
英語を中心とするコミュニケーション能力の育成、異文化理解、生活様式、礼儀・マナー、オリンピックのシンボルマーク、新国立競技場、参加国の国旗や環境・産業等の資料掲示、フィンランド等の指定国の研究、留学生等との交流 など

【取組6】 「おもてなし」の推進
日本や地域の特色(魅力等)の理解、日本の「おもてなし」に関する理解、おもてなしの心と態度の育成、東京都教育委員会が行う「おもてなし親善大使」等の参加や「おもてなし体験」の推進 など

戦略4 環境(ESDやバリアフリー等の推進)

【取組7】 ESDの推進
継続的な発展が可能な社会づくり、地球規模の環境教育、自ら課題を発見し思考・判断して未来像を予想し計画する力の育成、ESDに関する発表会やイベント等への参加 など

【取組8】 バリアフリーの推進
心のバリアフリー(道徳教育、人権教育、生活習慣等の充実)、物理的障壁のバリアフリー体験、ユニバーサルデザインの理解と体験、バリアフリー等に関する発表会やイベント等への参加 など

第九中学校のオリンピック・パラリンピック教育の取組と方向性(概要)

平成28年11月20日

足立区立第九中学校

基本的な考え方

子供たち一人一人の心と体に、人生の糧となるかけがえのないレガシーを形成する(次の4つを重点とする)。

- 1 自ら目標をもって自己を肯定し、自らのベストを目指す意欲と態度
- 2 スポーツに親しみ、「知」「徳」「体」の調和の取れた成長
- 3 日本人としての自覚と誇りをもち、自ら学び行動できる国際感覚
- 4 多様性を尊重し、共生社会の実現や国際社会の平和と発展に貢献

東京都の推進の方向性

【4つのテーマ】
「オリンピック・パラリンピックの精神」「スポーツ」「文化」「環境」の4つのテーマで推進する。
※ オリンピック・パラリンピックは、世界を結ぶ平和の祭典でもある。

【4つのアクション】
オリンピック・パラリンピック教育を進めるに当たり、「学ぶ(知る)」「観る」「する(体験・交流)」「支える」の4つの視点で取り組みを深めていく。

足立区立第九中学校の戦略

戦略1 オリンピック・パラリンピックの精神
【取組1】 オリンピック・パラリンピックの理解
歴史や国際社会における価値、支え発展させた人物など
【取組2】 観戦や選手等との交流体験など
スポーツとの出会い、行き方、豊かな生活、障害者の理解など

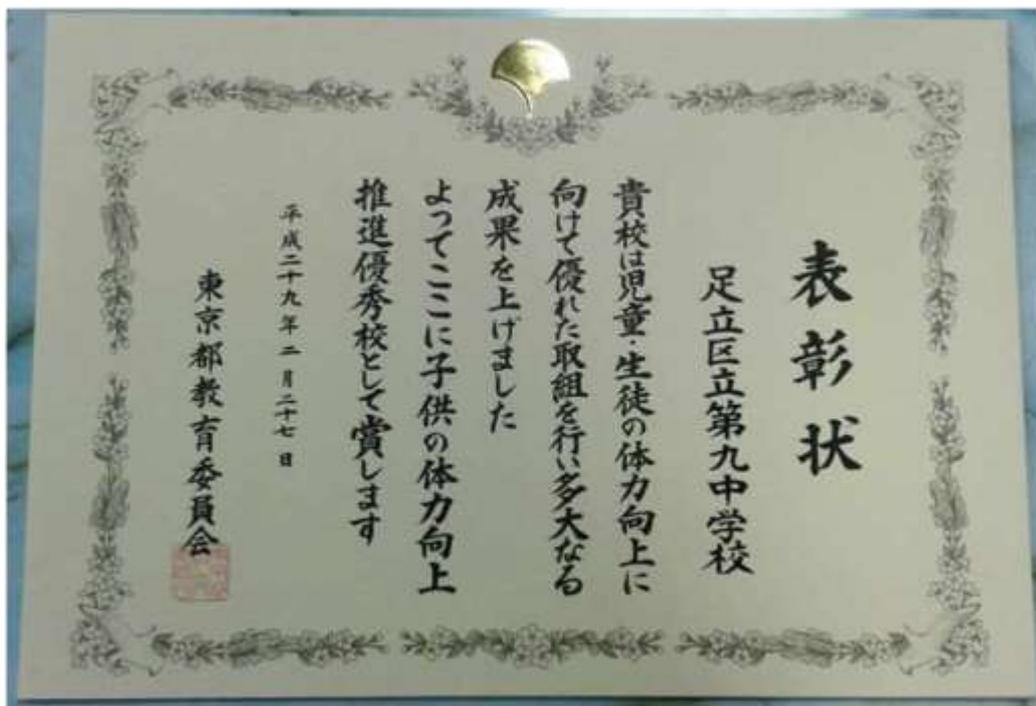
戦略2 運動・スポーツの推進、健康教育の推進
【取組3】 外遊びや運動・スポーツの推進
体育学習の工夫・改善、部活動の振興、保幼小中の連携など
【取組4】 健康教育の推進
「早寝・早起き・朝ごはん」の推進、生活習慣の確立など

戦略3 文化(国際理解教育の推進)
【取組5】 国際感覚の育成
英語能力の育成、異文化理解、礼儀・マナーなど
【取組6】 「おもてなし」の推進
日本の魅力、おもてなしの心と態度の育成など

戦略4 環境(ESDやバリアフリー等の推進)
【取組7】 ESDの推進
地球規模の考え、継続的な発展が可能な社会づくり など
【取組8】 バリアフリーの推進
障害者の理解、ユニバーサルデザインの理解と体験 など

重点的に育成すべき資質と取組及び今後の方向性

資質	本年度の取組と成果(取組含む)	今後の方向性
ボランティア マインド	地域清掃活動、小学校への学習支援、防災運動会やフレンドリーマラソン等の社会貢献活動を行った。 生徒は、様々な方から御礼を言われて、社会貢献の重要性と自分のよりよい生き方を知った。	教育課程の重点に置き、一層推進するとともに、家庭や地域との連携を強化し、様々な機会を創出していく。
障害者理解	道徳教育や人権教育の推進、ブラインドサッカー等やパラリンピアンとの交流を行った。 生徒は、障害者が強く生きていて、だれとでも同じように接することの大切さを知った。	オリンピック・パラリンピックを踏まえ、障がい者に加え高齢者などを含め、人権教育を一層推進していく。
スポーツ志向	体育学習の充実、全生徒加入の部活動、保幼小との連携、校内展示の充実などを行った。 生徒は、体力や運動・スポーツの重要性等の意識を高めた、小学校との連携による研究を開始した。	東京都スーパーアクティブスクールを生かした教師の充実、家庭や地域への発信を一層推進していく。
日本人としての 自覚と誇り	挨拶や思いやる行動を重視した指導や、授業や学校行事等における日本のよさを知る指導を行った。 生徒は、自然に誇りをもつとともに、地域や日本のよさへの理解を深めた。	ものづくり、食文化など日本の文化や日本人としての心の誇りらしさを発信できる教育を推進していく。
豊かな 国際感覚	英語による英語の授業、世界規模で考えた道徳教育やキャリア教育、世界の国旗掲示等を行った。 生徒は、世界の動きを感じるとともに、日本のよさを知り自分の思い等を発信することを体験した。	自ら課題を発見し、コミュニケーションを充実させ、ともに解決していくグローバル人材の育成を目指していく。



足立区立第九中学校

磨く 挑む 思いやる



足立区立第九中学校 創立 70 周年記念
マスコットキャラクター「キューちゃん」