

横浜市立二谷学校 令和4年度 体育・健康プラン

～体育・健康に関する指導の全体計画～

1 中期学校経営方針

(1) 学校経営中期取組目標

学校経営中期取組目標
<p>○子どもたち一人ひとりを大切にし、全職員で信頼され活力のある学校づくりを進めます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子ども一人ひとりが「わかる・楽しい」授業づくりを進め、学力の向上と学習に向かう主体的な姿勢の育成を目指します。 ・誰もが安心して楽しく学校生活を送ることができるようにします。 ・健康な心身をつくるために、望ましい生活習慣や体力づくりに日常的に取り組みます。 ・地域に愛着をもち、地域の一員としてよりよい社会をつくろうとする態度を育てます。

(2) 体育・健康に関する指導の重点取組分野・取組目標・具体的取組

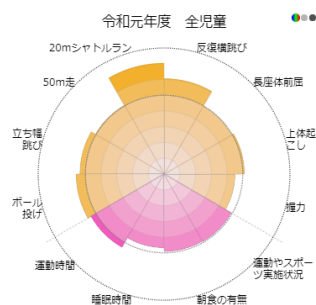
重点取組分野	取組目標	具体的取組
健やかな体	子どもが運動する楽しさや喜びにふれ、日常生活の中に進んで運動を取り入れることができるようにする。	①一校一実践運動で短縄、柔軟運動を取り上げる。児童が楽しく運動に親しむことができるように、運動委員会を通して、児童主体で計画、運営していく。 ②バランスのよい食事の大切さに気付き、自分がとるべき食品を主体的に食べ、健康に過ごそうとする意欲を育む。
担当	体育部	

2 体育健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

平成29・30・31(令和元年)年度の「横浜市体力・運動能力調査」のデータより、本校は長座体前屈、50メートル走、握力が低い傾向にある。その中でも令和4年度は、上記データより「柔軟運動」に注目する。また、コロナ禍でも楽しく運動に親しむことができるように年間を通して、様々な運動体験ができる機会を設ける。

(2) 体力の概要と要因の分析 (小学校は全校配付の体力・運動能力調査分析チャートを活用)



新体力テストの結果から、ほとんどの項目で市平均を上回るか同等の記録が出ている。特に、20mシャトルラン、反復横とびの結果の良さは顕著である。

市の平均を上回っている立ち幅跳びと長座体前屈については、市平均を下回る学年もあり、瞬発力と柔軟性の向上が、本校児童の課題と考えられる。

3 体育・健康に関する具体的取組

教科

《体育科での取組》

- ・体育科では、「体づくり運動」の領域を重点領域とする。その中でも、体力を高めるために行われる運動として、児童の発達段階に応じて、低学年は「多様な動きをつくる運動遊び」、中学年は「多様な動きをつくる運動」、高学年は「体力を高める」の中で、柔軟性と持久力を高めることを意識した授業づくりを行う。また、同時に保健領域を通じて、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活の重要性を指導していく。

《他教科での取組》

- ・家庭科では、食教育との関連を図り、栄養を考えた食事のとり方や、食事の役割について学ぶことにより、食生活を総合的に学習する。その中で、日常とっている食事を改めて見つめ直し、日常生活の中で主体的に活用できる力を養う。
- ・どの教科においても、授業中の姿勢には気をつけていきたい。規則正しい生活は、規則正しい生活態度から。その第一歩として、正しい姿勢で学習に取り組む習慣づけを徹底していく。

道徳・特活・総合

- ・運動会は、体育科で培った資質能力の発表の場として設定し、「走・跳の運動」（陸上運動）と「表現運動」に目的をもって取り組む習慣づけをする機会とする。
- ・学校保健委員会では、二谷小学校児童の健康面での課題を提示し、バランスの良い食事への意識を高める場とする。

課外活動

- ・地域スポーツ行事参加への発信
- ・学校保健委員会の開催（児童保健委員会とPTA、学校医等との連携）
- ・長期休業時の生活チェックの取組 等

令和4年度 二谷小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 体力向上タイム

《ねらい》 児童の運動機会の確保と体力の向上、教員の指導力向上

《内容》 水曜日 ロング昼休み（12:45～13:15）

を利用した体力の向上をねらいとした取り組み。

- ・長縄 ・ 柔軟運動 ・ 鉄棒運動 ・ 持久走
- ・ 短縄跳び ・ 用具を使った運動

＜取組について＞

- ・運動紹介カード、運動大好きカードを配付し、継続的に取り組むことで、記録・技能向上の達成感を味わうことができるようにする。
(跳べた記録の足跡が残るようなもの 短縄の技のレベル表など)

⑤運営 健康教育部が実施について立案し、進行を担当する。

●指 標： ①行事後の振り返り 「事前取組」 「満足度」

②生活実態調査「運動やスポーツの実施状況」 「1日の運動スポーツの実施時間」から検証する。

「体力向上1校1実践運動」はその一部です。

※体力向上1校1実践運動の取組については、学校ホームページに記載してください。

＜参考＞ 学習指導要領総則 「学校における体育・健康に関する指導は、児童（生徒）の発達段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする。」