

## 4 横浜市立菊名学校 令和5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>○「こころ ゆたかな きくなの子」の育成を目指して、豊かにかかわり 心をつなぐ学校にします。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・教職員の学びあいを大切に、個々の能力とチーム力の発揮ができる運営組織の確立を目指します。</li> <li>・心身共に健康な生活習慣の確立と体力向上に向けた取り組みを推進します。</li> <li>・豊かな人間性の育成のため、縦割りペア活動の充実を図り教育ボランティアの活用を推進します。</li> <li>・地域とのつながりを意識し、様々な体験を通して、自分の住んでいるまちを愛する心を育てます。</li> </ul>

### (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

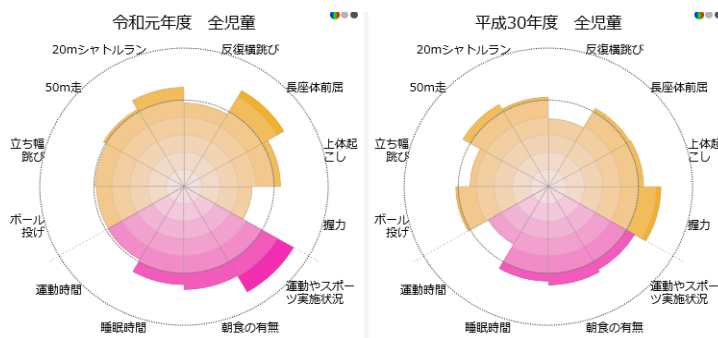
重点取組分野	取組目標	具体的取組
健やかな体	健康な生活習慣の確立と体力向上に向けた取組を推進し、一校一実践運動を通して体力の向上を図る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>① ヘルスプロモーションの考え方を重視し、保健学習等を通して自己の体調・健康管理能力を育てていく。</li> <li>② 児童会活動や体育、中休み等を通して体力の向上に取り組む。</li> </ul>
担当	体育部	

## 2 体育健康に関する実態把握

### (1) 体育・健康に関する実態

- ・体力調査の結果は、徐々に上がってきている。令和3年度では握力の数値が低下した。
- ・規則正しく生活している児童が多く、近くにあるスポーツクラブに通う児童も多い。
- ・保健室の利用状況は、転倒による打撲や擦過傷が主である。また、心の不安定さから来室する児童も多い。
- ・地域に外遊びができる空間はあるが、ボール運動等運動量の多い遊びができない環境にある。

### (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）



令和3年度の体力調査の結果から、規則正しい生活を送れている児童が多いことがわかる。運動実施状況や運動時間が増えていることから、体力向上に対する意識が高まってきていると考えられる。

反復横跳び、立ち幅跳びは市の平均と同様になったが、握力の数値が非常に下がっている。生活の中で「握る」経験が減っていることから、基礎体力が身に付いていないことが要因と考えられる。

### 3 体育・健康に関する具体的取組

#### 教科

##### 《体育科・保健体育科での取組》

- 体育科では、「体育・健康に関する向上」を目標とし、体力調査の結果を個票にして配付し、継続的に自己の体力を知ることができるようにする。そして自分に合った体力向上の目標をもち、体育の授業や休み時間・放課後等に運動を継続していこうとする態度を身に付けさせることができるようにする。また、体育科の授業においては、運動の特性に十分ふれられるようにするとともに、技能の習得を目指し授業を展開させる。
- 保健学習においては、健康な生活や体の発育等、健康・体力の向上に直接関わる学習と関連させながら自分の健康についての意識を高める授業を展開させる。
- ・体力テストの有効的な活用
  - ・指導計画改善（継続的なカリキュラム作成）

##### 《他教科での取組》

- 家庭科では食教育との関連を図り、日常の食事の大切さに気付くとともに、栄養を考えた食事の実践ができるようにする。
- 理科では人の体のつくりと運動との関わりや、人の体のつくりと働きについて正しく理解し、体力を高めたり健康を保持増進したりする意欲がもてるようにする。

#### 道徳・特活・総合

- ・体育委員会で体育的な行事を企画・運営し、本校の体力向上の一端を担う。
- ・運動会では、体育科の授業で培った資質能力をさらに発展させ、より高い技能を目指す。
- ・健康委員会、児童保健委員会では、児童の健康面での課題を年間テーマとして設定し、各学級で取り組むことによって健康への意識を高める。
- ・安全指導では、自分の身は自分で守ることが出来ることを基本とした訓練・指導を行う。
- ・食教育では、各教科・各領域および給食の時間等を通して、心身の成長や健康の保持増進の上で、望ましい栄養や食事の取り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。

#### 課外活動

- ・学校保健委員会において、けがの予防を推奨する取組の推進
- ・健康手帳や体力テスト個票による保健情報等の家庭との共有

#### 令和4年度 菊名小学校 体力向上1校1実践運動

- 《名称》 リズムジャンプタイム
- 《ねらい》 運動機会の確保 持久力向上 運動意欲向上
- 《内容》 休み時間を利用した運動イベントの実施および、それに伴う外遊びの推進
- ・クラス対抗リレー ・ドッジボール大会 ・大縄大会
- 体育の時間の準備運動の推進
- ・リズムジャンプ ・短縄 ・大縄
- 指 標： ①「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」による経年変化の比較
- ②児童アンケートによる休み時間の遊び方調査