

# 横浜市立岸谷小学校 平成31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	教育活動全体で育成を目指す資質・能力
<p>学校教育目標実現のために、〔希望〕〔幸福〕〔他愛〕あふれる、児童・保護者・地域・教職員にとって魅力ある学校づくりを進めます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>一人ひとりの子どもが、日々の授業や様々な行事等において、主体的に課題を解決する学びを大切に、授業力の向上に取り組みます。</li> <li>一人ひとりの子どもに寄り添い、互いを認め合う心、豊かな心、そして、たくましく健やかな体を育むように努めます。</li> <li>一人ひとりの子どもの学びと生活を支える教育環境の整備、改善を進めます。</li> <li>一人ひとりの子どもが、地域の行事や交流活動を通して、まちに貢献する心を育みます。また、近隣の幼保小中高大学連携を進め、教育活動の充実を図ります。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○言語能力</li> <li>○問題発見・解決能力</li> <li>○自分づくりに関する能力</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

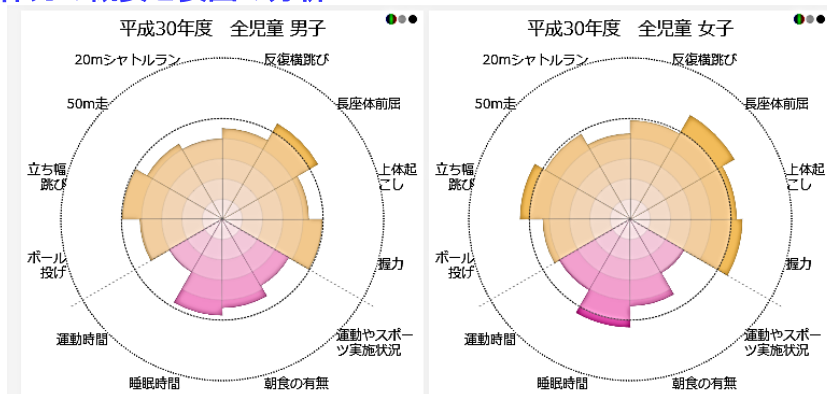
重点取組分野	取組目標	具体的取組
<p><b>健やかな体</b></p> <p>担当 体育部・保健部</p>	<p>学校保健委員会では、昨年度同様「運動をしてじょうぶな体をつくらう」をテーマに取り組みます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>体力づくりタイムや体育の学習時の準備運動で「リズムジャンプ」を運動機能の向上を目指していく。</li> <li>昨年度に引き続き「元気カード」を使って生活リズムの振り返りをします。運動に取り組む機会を増やすことにより、体力や筋力の向上を目指します。</li> </ul>

## 2 体育健康に関する実態把握

### (1) 体育・健康に関する実態

- 運動の実施状況は、週に3日以上運動をしていると答えた児童は28%である。
- 休み時間など校庭で遊ぶ児童数は少ない。
- 地域にはいくつか少年スポーツ団体が存在していて、それに属する子も何名かいる。
- 転倒による大けが（骨折や前歯の破折など）が発生している。
- 体力作りタイムや体育など楽しんで行い、体を動かすことは好きである。

## (2) 体力の概要と要因の分析



- ・男女ともに大半の種目で、横浜市の平均を下回っている。
- ・男女ともに「シャトルラン」は、市平均を大きく下回っている。このことから持久力に大きな課題があると考えられる。
- ・生活習慣では、朝食は毎日食べることができているが、日頃の運動時間や睡眠時間は横浜市全体と比較して不十分であることが分かる。生活習慣を見直していくことで、体力の向上が見込めるのではないかと考える。

## 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》

- ・「運動の楽しさや喜びを味わう」こと「仲間とともに高め合う」ことを重点として、生命や健康を大切にする子供の育成を目指す。
- ・体育のウォーミングアップに鉄棒の運動を取り入れて握力の向上を目指す。

#### 《他教科での取組》

- ・家庭科では、協働・共生していく力、とりわけ実習を通して食教育を推進する。

### 道徳・特活・総合

- ・道徳の授業の中で「友だちとなかよく」「健やかに過ごす」ことをテーマとした授業を取り入れる。
- ・たてわり活動の中でも簡単な運動を取り入れ、体を動かす楽しさを味わう。
- ・運動会を学習発表の場として位置付ける。

### 課外活動

- ・給食委員会は、栄養素や偏りのない食事について説明するなど食に関する啓発を行う。
- ・運動委員会を中心に、友だちと競い合ったり、協力し合ったりする活動を取り入れる。
- ・学校保健委員会では、運動を通して健康づくりに取り組み、全体会で発表を行う。

## 平成31年度 岸谷小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 体力づくりタイム

《ねらい》 運動機会の確保

《内容》 金曜朝活動において、年間を3期に分け、敏捷性・持久力を高める運動に取り組む。

1期 短縄、2期 長縄、3期 持久走で行っていく。

体力づくりタイムの準備体操として年間を通して『リズムジャンプ』を行い、運動機能の向上を目指していく。短縄では、継続的に前跳びを行う。低学年は一般的な前跳びを行う。中学年からは、足をクロスさせながらの前跳びや体を前後に動かし