

横浜市立黒須田小学校 令和3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

- 一人ひとりを大切にしたいきめ細やかな指導を心掛け、子どもたちが向上心をもって生活できる指導を行っています。
- 個の学習状況を把握し指導に生かすことで、一人ひとりが学ぶ喜びを感じられる指導に向けて努力しています。
- 地域の教育資源を活かし、「横浜の時間」を中心に問題解決の能力やコミュニケーション力を育てています。
- 教職員間の連携や相互啓発を促進し、学校教育目標実現に向けて活力ある組織的な取組を行っています。

(2) 体育・健康に関する指導の重点取組分野・目標標・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	子どもの体育、健康面の課題を明確にし、教育活動全体を通して健やかでたくましく、しなやかな体を育む。	○体育の授業において一定以上の運動量を確保し、生涯にわたって、健康で安全な生活を営むための基礎的な力を身に付ける。 ○運動量が落ちやすい冬の時期を中心に縄跳びの活動を取り入れ、 体力向上1校1実践運動の改善 を図る。 ○体力テストの結果を保護者と共有し、 家庭と連携 して体力の向上、生活習慣の改善を図る。
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

- 朝食の摂取率は高いが、習い事が忙しくなる高学年では、睡眠時間を十分に確保できていない。
- 保健室の利用状況（傷病の状況）から見ると、打撲が多い。校庭の狭さだけでなく、休み時間の遊び場所や遊び方も影響していると考えられる。

・雨の日などに廊下やホールで遊ぶ姿が見られるため、校内での過ごし方について指導を継続している。

(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）

- 男女ともに体格は概ね市の平均。
- 休校期間になわとびチャレンジ、体力アップ作戦など、運動に取り組む課題を出したが、取り組み方に個人差が大きく、児童の体力差が広がったと思われる。

・体育授業では、基本的に授業中でもマスクを外さないよう指導し、息苦しさを感じた場合は鼻を出す、顎にずらすなどの対応をするよう声掛けを続けた。日常の運動不足から全体的に体力が落ちている様子が見られた。

・地域には大きな公園が複数あり外遊びができる環境には恵まれているが、共働き世帯も増えており、習い事に通う児童の割合が全体的に高い。7割以上の児童が運動系の習い事（水泳・球技・体操・ダンス）に通い、さらに塾に通う児童もいるので、放課後に友達と連れ立って遊ぶ時間は少ない。そのため、週の運動状況が2日に満たない児童、1日の運動時間が1時間に満たない児童がどちらも半数以上いる。放課後の遊び経験の少なさも体力低下に少なからず影響している。

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》

- ・日々の体育授業の工夫と充実
→運動量の確保と運動する楽しさを味わうことのできる授業の工夫
- ・運動場やアリーナ環境整備
- ・学級担当ボールや縄などの備品整備
- ・ストレッチ運動の継続

《他教科での取組》

- ・給食を通しての食教育の推進（6年バイキング給食）
- ・地域の畑（農家）との交流
→生活科、黒トラ活動を通して
- ・栄養教諭による食育授業（宿泊前の食事前指導）

道徳・特活・総合

- ・スポーツ委員会でなわとびの技の動画を作成し、全校で実施している。
- ・運動会では、日常の体育学習の成果を発表しあい、健康や運動に対する意欲や関心を高めている。
- ・健康安全委員会では、手洗い石鹸の補充を欠かさず行い、手洗いうがいの励行を呼びかけている。
- ・栄養給食委員会では、給食週間を中心に「食」への関心や理解を深める取り組みをしている。
- ・4年生以上の宿泊行事前に、食事に関する事前授業を行い、自分の健康を考えたバランスの良い食事のとり方について指導している。

課外活動

- ・学校保健委員会（年2回開催）で「心の健康」をテーマに話し合っている。
- ・昇降口前のレンガ部分、校庭の一面に縄跳びスペースを確保し、縄跳びの技能向上を図っている。
- ・運動会前に2週間程度、早朝練習を実施し、技能の向上を図っている。

令和3年度 黒須田小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 LET'S JUMP! なわとびCHALLENGE

《ねらい》 なわとびを通して運動のきっかけづくりを行い、運動機会の拡充と体力向上につなげる。

《内容》 ○全校で統一したなわとびカードに取り組み、保護者とも連携して運動機会の拡充と体力向上、短縄の技能向上を目指す。（4年生では運動会の演技に短縄を行う。）
○年間を通じて意欲的に取り組めるように、毎月1回、学年ごとの縄跳び検定週間を設定し、児童の技能を見取っていく。

（例）火曜日、木曜日の授業時数に関わらない朝の学び時間を活用する

検定週間の休み時間を確保し、学年全体で取り組む時間として設定する

《指標》 ①行事や集会後の振り返り 「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」から自己の運動時間を検証する。