

健やかな体の育成プラン

重点取組分野		具体的取組
健やかな体		①生涯にわたる健康づくりを意識した、基本的な生活習慣の改善を図る。 ②学校保健員会の取組を通して、自己の健康に対する意識の向上を目指す。 ③身に付けさせたい資質・能力の向上を図るための体育科学習を充実させる。
担当	体育部	④健康委員会や集会委員会などによる取組で、体力向上につなげていく。

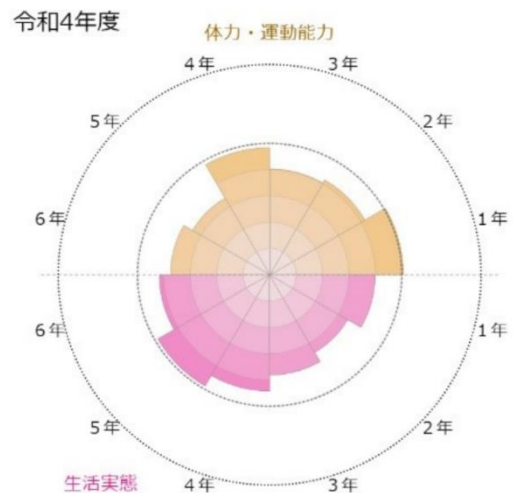
豊かな体に関わる本校の状況

(1) 体育・健康に関する実態

- ・令和4年度の実態から、朝食の摂取率は市の平均に比べ、やや高いが、睡眠時間は、学年が上がるにつれて減ってきている。
- ・運動やスポーツ実施状況は、各学年とも、地域のスポーツクラブに所属している児童が多い傾向にある。
- ・運動時間は、市平均より、やや多い。

(2) 体力の概要と要因の分析

- ・市の平均と比べると、学年・性別・種目により、差はあるが、令和4年度は、柔軟性(長座体前屈)、瞬発力(立ち幅跳び)が市平均を下回っている。その他の種目は、平均、または、それを上回っている割合が高い。
- ・敏捷性(反復横跳び)が毎年、市平均より低いことが課題として見えてきている。その力を高めることを目指して、今年度も学校保健員会の取組を中心とした活動を計画的に実施していく。



今年度の目標

健康に対する関心を高め、運動を楽しむ実感を味わわせる

目標を実現するための具体的行動プラン

上半期

- 健康委員会や集会委員会など児童主体の取組を活かして、日常的に体力づくりを意識した活動を取り入れる。
- 基本的な生活習慣の確立を目指し、栄養士や養護教諭と児童の実態を共有し、連携を図る。
- 各学年で、昨年度の体力テストの分析チャートを活用し、日頃の体育学習の充実に役立てる。

下半期

- ※前期をふり返り10月に修正
- 健康委員会や集会委員会などが企画した活動を通して、体力の向上につなげる。
 - 栄養士や養護教諭からの全体指導を行うことで、食べ物の働きや、体の発育について知り、自分の健康を見つめ直す機会とする。
 - 学校保健員会の取組を年間を通して行い、振り返りを行うことで、自己の健康と向き合う場を設ける。