

# 六浦小学校 体育・健康プラン

## 【中期学校経営方針「健やかな体」達成目標】

早寝早起き朝ご飯など、規則正しい生活を推奨し、自分の健康に対する意識を高め、一校一実践運動の「なわとび」を通して体力向上を目指しています。

### <児童生徒の体育・健康面の姿>

- ・体力テストの実技の結果より、男女ともに長座体前屈の結果が横浜市の平均を大きく下回り、柔軟性に課題が見られる。
- ・運動が好きという児童が多いのだが、体力に自信のある児童や運動が健康のために必要と考えている児童は少ない。
- ・朝食を必ず食べるという児童が9割を下回っている。
- ・8時間以上の睡眠をとれている児童が8割程度で、6時間未満しか睡眠をとれていない児童はほとんどいない。
- ・体育の授業では、「できなかった技ができなかった時」に楽しさを感じている児童が多く、「自分のめあてをもつ」「友達と教え合う」ことを授業に臨んでいる児童が多い。

### <体育・健康に関する指導の目標・方針>

○心と体の健康を守ることに関心をもち、望ましい生活習慣を身に付け、自ら進んで健康な体力づくりに取り組もうとする態度を育てる。

- ・体を動かすことの喜びや楽しさ、健康との関わりを知り、生活の中に運動を取り入れようとする。
- ・規則正しい生活習慣を身に付けようとする。
- ・様々な運動経験や健康・安全の理解を通して、積極的に友達とふれあい互いに伸びていこうとする。

#### 教科

##### (体育課・保健体育科での取り組み)

- ・学習時間は、展開及び、場の設定の工夫等により十分な運動量をできるようにする。
- ・めあてを達成するため、慣れの運動から主運動へと段階的に取り組むことができるようにする。
- ・友達と積極的に関わり合いながら、自分や友達のよさに気づくことができるようにする。

##### <他教科での取組>

- ・家庭科では、食育との関連を図る。

#### 他領域での取り組み

- ・体力テスト
- ・運動会
- ・体育大会
- ・球技大会
- ・特別活動
- ・道徳
- ・歯科巡回指導
- ・健康診断

#### 課外活動

- ・体育委員会によるなわとび集会、なわとび大会
- ・保健委員会を中心とした学校保健委員会の取組
- ・「健康手帳」を活用して体育健康に関する情報を家庭と共有
- ・夏季水泳教室

### 六浦小学校 体力向上1校1実践運動

- 1 体育の授業における工夫
  - ・体力向上プログラムによる継続した取組
  - ・六浦体操の実践
- 2 始業前・行間等の活動の工夫
  - ・体育委員会によるなわとび集会、大会の実施
  - ・縄跳び、固定施設等の活用
- 3 学校行事等の工夫
  - ・運動朝会、運動会の計画的実施
- 4 その他
  - ・ペア学年なわとび交流の実施