

横浜市立名瀬小学校 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) 学校教育目標と教育課程全体で育成を目指す資質・能力

学校教育目標	教育課程全体で育成を目指す資質・能力
自分・友達・まちがすき 自ら学び 未来へとかがやく名瀬っ子	健康な生活習慣を営む態度

(2) 中期取組目標

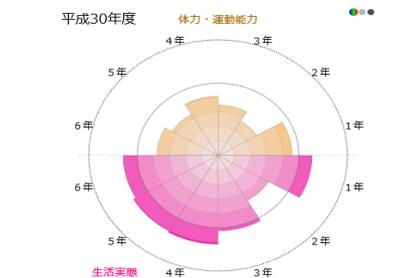
中期取組目標
<ul style="list-style-type: none"> ・名瀬小学校らしい「社会に開かれた教育過程」を編成します。 ・自分や友達を大切にしながら、自己有用感を育てます。 ・健康や運動に対して、多様な関わり方（知る、見る、支える）を育てます。 ・学校運営協議会等を充実させ、地域の力を活用します。 ・未来に向かっての自分づくり教育（キャリア教育）を進めます。

(3) 体育・健康に関する指導の重点取組分野・具体的取組

重点取組分野	具体的取組
健やかな体	①健康づくりのために、健康に関する教科・領域等の授業改善を図る。 ②健康づくりのために、新体力テスト等の結果を保護者と共有するなどして、家庭と連携し、体力の向上や生活習慣（運動・食事・休養・睡眠）の改善を図る。
担当	健康教育・食育部

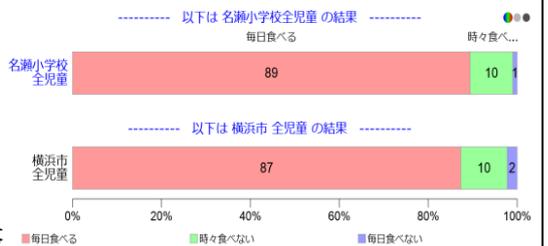
2 体育・健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態



↑図1 「体力・運動能力」「生活実態」データ

- 名瀬小学校の児童は生活実態の数値がどの学年においても市平均より上回っている（2年生の数値は入力ミスによるもの実際は4年の数値と同等）。(図1)。また、朝食もしっかりと取っている(図2)ことなどから、基本的な生活習慣が整っている児童が多いことがうかがえる。
- 毎日、体を動かす児童が増えてきている(図3)。休み時間、約7割の児童が校庭に出て、体を動かし、ドッジボールだけでなく、おにごっこ・鉄棒・一輪車・竹馬・遊具遊びなど、様々な運動を行っている。
- 給食の残量は減ってきてはいるが、個々で見ると、野菜嫌い、魚嫌いの児童が多く見受けられる。

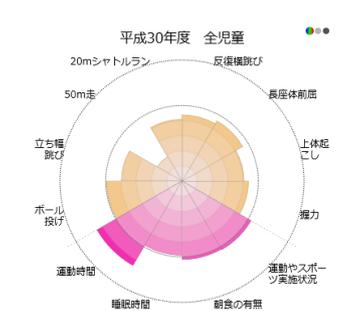


↑図2 「朝食の有無」



↑図3 「運動時間」

(2) 体力の概要と要因の分析



- 新体力テストの結果では、ほぼ全ての項目において市平均以下の数値となった。「ボール投げ」の項目のみ、市平均を少し上回っている。これは、一校一実践の取組である「体づくりタイム」にシャトル投げやバトンロケットといった活動を取り入れた成果であると考察できる。
- 「50m走」の数値が市平均と比べるととても下がっている。実際の数値では0.6秒落ちた結果となった。また、昨年度より「20mシャトルラン」の数値が下がった。一校一実践の「なわとびタイム」では多くのクラスが長縄に取り組んでいる。長縄のよさもあると思うが、「3分間音楽にあわせて簡単な短縄の技を跳び続ける」など運動量の確保、持久力の向上に目を向けた活動を取り入れていく必要があると考える。
- 地域のスポーツクラブ（サッカー・野球・スイミング・バスケットボールなど）に所属している児童の運動経験は豊富だが、所属していない児童の運動経験が乏しい。
- 体育科の授業改善を図るのはもちろんのこと、その他にも学校運営協議会にて「子どもたちの体力向上・運動の習慣化を図るために」というテーマで熟議するなどして、地域・保護者と連携・協働しながら体力の向上などを図る体制を構築していくことも今後の学校運営を考える上で重要になってく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

《体育科の取組》

健康な生活を実践する態度、

進んで運動しようとする態度を育む。

- 様々な運動領域や種目に触れ、運動との出会いや運動経験を増やすことができるようにする。
- 運動の特性を生かした授業づくりを行い、子どもが運動の楽しさや喜びを感じ取れるようにする。
- 心や体に関する健康課題に気付き、健康の大切さを実感できるようにする。
- 新体力テストの結果をレーダーチャート化し、自分の体力について知り、体力を高めていこうとする態度を育てる。

《他教科での取組》

心身の健康な生活を実践する態度を育む

- 低学年では生活科、中学年では理科、高学年では家庭科を中心に食育との関連を図り、健康と栄養の関係を理解し、望ましい生活習慣や食習慣に向けて意欲的に実践しようとする態度を育てる。
- 道徳科では、自他の生命の尊重を育てる。

特別活動・総合的な学習の時間

規則正しい生活をしようとする態度、

自己の健康のために主体的に課題解決する力を育む。

- 運動会では、体育科で培った力をもとに、体を動かす楽しさを味わうとともに、運動に親しもうとする態度を育てる。また、集団行動についての学びを深める機会としていく。
- 保健委員会では、学校内における健康・安全について考える取組を通して、事故やけがの未然防止、病気の予防を図ろうとする態度を育てる。
- 特別活動では、学級活動(2)の「健康でたくましい体の育成」の指導の充実を図る。
- 「横浜の時間」では、健康や食生活に関わる能力を総合的に育成していく。
- 特別活動においては、安全な生活態度の育成や体育的行事における安全な行動の体得などに資する活動を行う。

課外活動

- 健全な食生活を営む態度を育むために、栄養教諭と連携を図り、食に関する指導を行う。
- 各学級が実践的に取り組めるようにするために、学校保健委員会で生活習慣に関するテーマを設定する。
- 新体力テストの結果等を共有し、家庭と連携を図るために、個人面談等を利用して保護者と話し合う。

平成31年度 名瀬小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 名瀬っ子 健康づくりタイム

《ねらい》 子どもの委員会が主体となって企画・運営し、内容と取組の充実を図りながら、様々な運動の楽しさを味わわせ、運動の機会の確保・児童の体力向上・運動の習慣化・健康な生活習慣の育成を図る。

《内容》 『体づくりタイム』

2学年ごとに月曜日の中休みに体育館で「ケンパー」「シャトル投げ」「フープ遊び」「長縄」「バトンロケット」など、主に「力強さ」「巧緻性」に重きを置いた活動を行う。実態に応じて、種目を変えていく。

『なわとびタイム』

毎週金曜日に校庭に出て、教職員と一緒に短縄を行ったり、学級で長縄に取り組んだりする。体育委員会による縄跳び集会を開き、学級で目標をもって継続して取り組むようにする。また、「3分間音楽に合わせて短縄を跳び続ける」といった「持久力」を意識した活動も取り入れていく。

『学校保健委員会』

保健委員会を中心に、健康手帳を活用するなどして、健康な生活習慣を身に付ける取組を行う。

『残さず食べよう週間』

給食委員会を中心に、自分に合った分量の食事を意識できるような取組を行う。

《指標》 ○体力運動能力調査結果の分析

○生活実態調査「運動やスポーツの実施状況」「睡眠時間」「朝食摂取状況」「1日の運動・スポーツの実施時間」の分析

○市学力・学習状況調査の意識調査と子どもの活動の状況との分析

○調査統計委員会による「体育科基本調査」調査報告書と子どもの活動の状況との分析

○保護者による学校評価アンケートの『「早寝・早起き・朝ごはん」などの呼びかけや発信は、お子さんの基本的な生活習慣の形成につながっていますか。』『「なわとびタイム」「体づくりタイム」の取組は、お子さんの体力向上、運動の習慣化につながっていますか。』の項目の数値の分析