

横浜市立恩田小学校 令和2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

- 主体性・多様性・協働性を尊重し、授業・人・学びの場のつながりを大切にしたい学校づくりを目指します。
- ・探究的な学びを通して、「わかる」「できる」を実感し、学んだことを日々の学びや生活の中で活用できるようにします。
- ・家庭や地域と目標を共有し、連携することを通して、子どもが安心して生活できるようにします。
- ・自分も他者も大切に、人を思いやり協働しながらよりよく生きることができるようになります。
- ・教職員が互いに連携しながらチーム力で課題を解決し、ワーク・ライフ・バランスを大切に、生き生きと働くことができる持続可能な学校環境を目指します。

(2) 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給食を通して、食の大切さを理解しバランスのとれた食生活について理解する。 ②体力向上に向けて、マラソンやなわとび、朝のグーパー体操等年間を通して楽しみながら取り組める運動を取り入れる。 ③交通安全教室・避難訓練等を通して、安全を自ら守るという視点から、正しい判断ができるようにする。
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

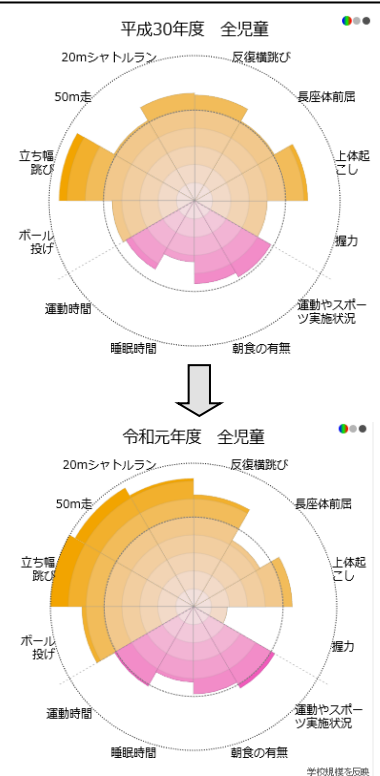
- ・休み時間に外遊びをする児童がやや少なく、読書などを好む児童もいる。
- ・基準量の給食を食べきれない児童は、学年やクラスによって偏りがある。
- ・保健室の利用状況は怪我や体調不良が中心で、相談に来室することは比較的少ない。
- ・睡眠時間は、市の平均より少ない。運動、食事の項目は、市の平均と同等である。

(2) 体力の概要と要因の分析

新体力テストの結果から、長座体前屈と握力については平均より下回っている。特に握力については、だいぶ低いという結果である。

ボール投げ・立ち幅跳び・50m走・20mシャトルラン・反復横とび
上体起こしは、市の平均より上回っている。

昨年と比較すると50m走、ボール投げが著しく向上している。これらは、マラソンやなわとび大会を企画以外に、休み時間の遊びを中休みが走る遊び、昼休みが投げる遊びと場を限定したことで、結果に反映されたのではないかと考えられる。



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》

○体育科では、「体力づくり」を目標にして、友達とともに活動する中で学び合い、高め合って、自分の体力向上につなげる。

《他教科での取組》

○家庭科では、食教育との関連を図り、食べ物と栄養、体への影響、体力との関係を学ぶ。

道徳・特活・総合

- 運動・保健委員会の児童を中心にして、体育健康にかかわる活動を継続して取り組む。
- 運動会を日常体育で培った技能の発表の場として捉え、豊かななかかわりの中でめあてをもって取り組む。
- 学校保健委員会では、児童の生活習慣や体力づくりでの課題を取り上げ、保護者や校医にも参加を呼びかけて取り組む。
- 安全指導では、自ら危険を回避し、安全を確保することができるよう発達段階を考慮して取り組む。

課外活動

- 朝の時間はグーパー体操と称して、握力アップにつながる実践を行う。
- 「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（体力テストの結果を記入）
- 体育実技研修及び体育・健康、安全管理に関する職員研修の実践
- 「保健だより」「給食だより」による家庭への啓発

令和2年度 恩田小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 体育行事の充実

《ねらい》 運動機会の確保、教員の指導力向上

《内容》 体育的集会活動を運動委員会（児童）が企画・運営し、内容と取り組みの充実を図り、運動の楽しさを味わわせ体力の向上を図る。

（活動例）前期：ドッジボール大会、夏季特別水泳、なわとび大会

後期：運動会、長縄大会、ミニマラソン、区球技交流会

通年：朝の会グーパー体操、鉄棒ぶら下がりチャレンジ

- 指 標：
- ①新体力テストの結果分析（全国平均、市平均との比較）
 - ②生活実態調査の分析（運動スポーツの実施状況、1日の運動・スポーツの実施時間）