

横浜市立都筑小学校 令和5年度 体育・健康プラン

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	
<p>組織的コミュニケーションとチームワークで「誰もが安心して豊かに生活できる学校づくり」を目指します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・主体的に学習に取り組み、互いに学び合いながら、問題を解決していく力を育てます。(問題解決力・活用する力) ・人とのふれ合いや関わり合いを大切にされた教育活動を展開し、互いに認め合い思いやることのできる心を育てます。(自己肯定感) ・心身の健康のために、進んで運動したり、毎日の食事や生活習慣を大切にしたりする力を育てます。(健康体力) ・地域の特色や地域教材を生かした教育課程を工夫し、まちの「ひと・もの・こと」とつながる体験的な活動を通して、まちを大切にすることを育てます。 ・YICAを核としたコミュニケーション活動を推進し、異なる文化や考え方を尊重することができるようにします。 	

(2) 体育・健康に関する指導の重点取組分野・取組目標・具体的取組

重点取組分野	具体的取組
健やかな体	<ul style="list-style-type: none"> ① 握力向上など体力づくりの運動に年間を通して取り組む。 ② 学校保健委員会のテーマ「元気なからだをつくらう」を学校・家庭で連携して実践し、自分の健康を自分で作る意識を高める。 ③ 給食の「ぱくぱくだより」や学級活動の時間を使って毎日の食事や生活習慣を大切にする「食育」を進める。

2 体育健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

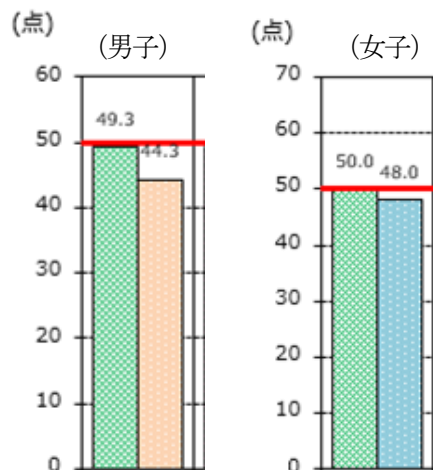
新興住宅街であり、地域に思い切り体を動かせるような大きな公園は多くない。また、公園使用にもルールが設けられるなど、自由に運動に親しむことが難しい環境にある。

しかし、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」では、男女ともに運動が好きだと回答した割合が多く、地域の運動クラブに所属している割合も多い。

また、生活環境が整っている家庭が多く、朝食摂取、睡眠時間、運動時間の項目が、全国や市の平均よりも高い。

(2) 体力の概要と要因の分析

毎年、全学年にわたってほとんどの項目で市の平均を上回っているが、握力が全国、市の平均を下回っている。それに伴い、逆上がりの習得率も下回っている。握力の低下の要因として、生活環境が整っていることで、ドアノブや蛇口が使いやすいもの为主となっており、日常の中に捻ったり握ったりといった自らの力を使う必要が少ないといことに起因すると考える。また、運動時間の減少が目立つようになってきたことも要因と推察する。



3 令和5年度 都筑小学校 体力向上1校1実践運動

「めざせ握力アップ&生活習慣の見直しで、げんきな体をつくろう」

- (1) 握力向上を目指した運動を中心に行い、体力の向上と運動に親しむ態度の育成を図る。
- (2) 自分の生活習慣を見直したり、取り組みを考えたりすることで自ら健康を保持増進しようとする態度を育成する。

《内容》

- ①体育の準備運動や休み時間の遊び等、年間を通じて握力向上につながる運動に取り組む。
- ②学校保健委員会では、アンケートの実施やクラスでの取り組み等を通して、自分たちの健康課題と向き合いながら、健康的な生活習慣の実践力を養う。