

横浜市立金沢中学校 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 |
|----------------------------------|--------------------|
| 1. たくましく、自らの生き方を創り出す力を育みます | 〈言語能力〉 |
| 2. いのちを大切にできる心と、社会の一員としての自覚を育みます | 〈問題発見・解決能力〉 |
| 3. 伝統を大切にし、活気ある学校をつくります | 〈持続可能な社会の創造に貢献する力〉 |

(2) 中期取組目標

| 中期取組目標 |
|---|
| チーム金沢として全職員で活力と魅力ある学校づくりを目指します ○自他の生命を尊重し、思いやりのある、健康で安全な生活を築ける生徒を育てます。 ○不撓不屈の身と心、生徒が自ら困難を乗り越える力を付けることができるよう育てます。 ○「コミュニケーション力」と「課題達成のために協働する力」を育てます。 ○保護者や地域、関係諸機関との連携を深め、信頼される学校づくりを推進します。 |

(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体力向上に向け、教科、部活動を通して、生徒一人ひとりが課題に取り組む態度を育てる。 ②基本的な生活習慣の定着と健康・安全についての理解を深めるために健康の充実を図る。 |
| 担当 | 保健指導部 |

2 体育・健康に関する実態把握

グラウンドが広く、テニスコート・ハンドボールコート・バレーボールコートも併設されており、運動する環境が整っている。

運動が好きで、日常に運動を取り入れている生徒も多く、部活数も多く、部活加入率は高い。そのため、学年を経るにつれて体力テストの結果が向上する生徒が多い。

昨年度の体力テストの結果をみると、全学年男女ともに、市平均を下回っている項目が多い。しかし、巧緻性を測るハンドボール投げや瞬発力を測る立ち幅跳びは、殆どの学年で平均を上回っている。

また、朝食夕食摂取状況では、睡眠時間などの基本的な生活習慣が身につけている割合が横浜市内の平均に比べると低く、さらに、体位・体格も市の平均よりやや下回っている。

3 体育・健康に関する具体的取組

教科

<保健体育科での取り組み>

- * 毎時間、授業の最初にグラウンド1周走ることと、技能ドリルを行っている。技能ドリルは、毎時間同じ動きを反復練習することで、様々な種目の基本的な動きを覚えさせる。
- * 保健体育科の授業を通して、「いつでも・どこでも・誰とでも」運動に親しむ資質と生涯健康に過ごすことのできる態度を育てる。

<家庭科での取り組み>

- * 自己の食生活をふり返り、望ましい栄養バランスや献立づくりができるようにする。

特別活動・総合的な学習の時間

体育大会実行委員会では、体育大会を通して、心身の鍛錬と体力の増進をはかり、合わせて集団行動と親和・協力の精神を体得させる。

体育委員会として昼休みにボールの貸し出しを行い、外での積極的な運動を促進している。

保健委員会では、健康面での課題の情報発信や校内の安全点検を行い、危険を予知し、回避できるよう活動させている。

課外活動

学校保健委員会では、生徒から感染予防について発信して主体的に考える。

学級活動の時間では、学年の交流を高め、協力して取り組み、生徒の結束を高める。

体育委員では、球技大会を通じて、学年・学級の交流を高めるとともに協力・結束を高める。

令和2年度 金沢中学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 生徒会活動を中心とした子ども主体の取組

《ねらい》 子ども主体による体育・健康に関する活動を日常的に位置付けて取り組むことで、子どもが生涯を通じて運動を日常生活の中に積極的に取り入れようとする態度を育成する。

《内容》 ・運動機会確保への取組、規則正しい生活習慣への取組を、生徒会活動による子ども主体の取組で進める。

・体育委員会 通年：昼休みのボールの貸し出し（運動機会の確保）
後期：学年別球技大会

・保健委員会 生活習慣・健康に関する呼びかけ運動
学校保健委員会での活動：感染予防

●指標：①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」

②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

③新体力テスト 結果分析