

# 横浜市立六角橋中学校 2019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
自己実現 [自立] 自ら学び、生き方を切り拓く (知) [共生] 認め合い、心身共に健やかに生きる (徳・体) [飛翔] 地域社会・国際社会に生きる (公・開)	<自分づくりに関する力>

#### (2) 中期取組目標

中期取組目標
生徒の自己実現を支援する。 ・生徒一人ひとりの「自立」と「協働」を育む。(挨拶から始まる規範意識の向上と自尊感情を高める。) ・共通の目標達成を目指し、組織で動く。(全教職員による学校経営への参画意識を高め、課題解決に努める。) ・人とのつながりを大切にする。(生徒・教職員・保護者・地域の連携を強める。)

#### (3) 体育・健康に関する指導の重点取組分野・具体的取組

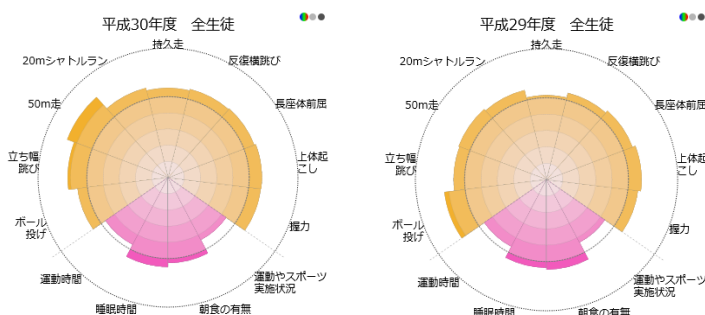
重点取組分野	具体的取組
健やかな体	① 教科・健康教育・部活動等を通して、生徒の体力向上、健康促進をより一層進める。 ② 「食・睡眠・体力」に関する学びを通して、家庭と連携しながら、生活リズムを整えていける力をつける。 ③ 新体力テストの結果を基に、体力向上に向けて生徒一人ひとりの目標を定め実践する。
担当	保健指導部 保体、技家科 生徒指導部

### 2 体育・健康に関する実態把握

#### (1) 体育・健康に関する実態

- ・全国平均や市平均と比べると、本校の生徒は全体的に平均を上回っている。
- ・運動部の活動も盛んで、運動部加入率は毎年高めであり、意欲的である。
- ・運動部に所属していない生徒も、運動に関心を持ち、意欲的に体育の授業や体育的行事に参加している。
- ・放課後や休日などに外遊びができる大きな公園が学区内にあり、利用する生徒も多い。

#### (2) 体力の概要と要因の分析



2年間の新体力テストの結果を見ると、全項目が市平均を上回っている。全般的に比較的高い数値を出しているものの、ボール投げをはじめ、数値がやや低い種目もあり、今後の課題の1つとしてあげられる。

### 3 体育・健康に関する具体的取組

#### 教科

##### 《保健体育科での取組》

- ・保健分野では、食生活と健康について重点的に学び、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を養う。
- ・体育分野では、さまざまな運動の実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てる。

##### 《他教科での取組》

- ・家庭科では、食事と健康との関連を図り、健康的に成長するための知識と実践力を身につけさせる。

#### 特別活動・総合的な学習の時間

- ・体育祭委員会で体育的な行事を企画・運営し、運動における競争や共同の経験を通して、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。
- ・保健委員会では、生徒の健康面での課題を把握し、健康に関する知識と健康的な生活を送るための実践力を身につけさせる。

#### 課外活動

- ① 心身共に健康な学校生活を送るために、保健委員会と協力し、「食」をテーマに栄養と食育に関する取組を行う。
- ② 体育科と養護教諭が体力テストの結果に基づき、個々の体力がより向上するように生徒一人ひとりの目標を設定し、実践する。
- ③ 個人面談等を利用し、健康診断の結果を共有し、保護者・生徒・教師が連携しながら、より健康について考えていく力を育む。

#### 2019年度 六角橋中学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 岸根走

《ねらい》 持久力向上、運動機会の確保、生涯スポーツの基礎づくり

《内容》 岸根公園のランニングコースを使用し、保健体育の授業を利用して1周700Mのコースを3周走る。タイムを計り、ペース配分や記録に挑戦する楽しさや達成感を味わせ、体力の向上を図る。

●指 標： ①実践後の振り返り

②新体力テスト