

横浜市立都岡中学校 体育・健康プラン

【都岡中学校 学校教育目標】

『心豊かな人となれ』

- 1 しっかり学び、自分を伸ばそう（知）
- 2 豊かな心と責任を持とう（徳）
- 3 たくましい心と体をつくろう（体）
- 4 社会の一員としての自覚を持とう（公開）

【都岡中学校 児童生徒の体育・健康面の姿】

- ・本校の運動部活動生徒加入率は約70%と比較的に高く、ほとんどの生徒は毎日のように活動しており、運動の機会が少ないと思われない。運動部の活動による体力の向上への効果は最も大きいと考えられる。
- ・毎朝朝食を摂取していない生徒が2割いるということがアンケートで分かった。全国学力・学習状況調査の結果より、本校では朝食欠食の生徒が多いことが分かった。

【都岡中学校 体育・健康に関する指導の目標・方針】

- ・健康増進と体力向上を図る。
- ・健康であることが充実した中学校生活を送る基盤であることを理解できるようにする。
- ・健康や体力に関心を持ち、体力向上の必要性を感じ、自ら運動に親しみ、実践する態度を育成する。
- ・楽しい運動していく中で、身近な生活における健康・体力向上に関する内容に実践的、科学的に理解できるようにする。

【保健体育科としての取組】

- ・年度初めの新体力テストの結果を生徒各自が考察し「一人一実践体力向上プログラム」を作成し、自らの生活の中で実践していく態度を育てる。
- ・毎時間の授業開始時の準備運動において、体づくりのトレーニングに全員が取り組み、体力の向上を図る。

【領域での取組】

- ・体育祭（練習を通して、ラジオ体操や運動技能を身につけ、体力の向上を図る。また、体育祭実行委員生徒を中心として準備、運営を行い規範意識や主体性の育成を努める。）
- ・学年毎の体育大会
- ・昼休みボールの貸し出しを行い、生徒の運動の時間を作る。
- ・保健委員会では、季節や行事応じた「月別目標」を設定し、生活と健康の関わりに気づかせ、自主的に考え実践していく。
- ・学校保健委員会では、保護者・地域とも連携し、「虫歯」「食生活」「睡眠」等の健康に関する話題を取り上げ、3年間を通じ、健康の保持増進に努めさせる。

【その他の活動】

- ・運動部の活動の推進