

# 横浜市立港中学校 平成 29 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	
将来、子どもが活躍する社会で必要となる力を計画的に身につける教育活動を展開します。	
○自己学習力の育成	：基礎的・基本的な知識・技能の定着を図るとともに、変化する社会で自らを高める自己学習力を育成します。
○創造力の育成	：創造力とは、身に付いた知識・技能に自らの体験を生かして新しいものを創り出す力です。創造力を育成するため体験を重視した教育活動を展開します。
○コミュニケーション力の育成	：相手の思いを受け止め、自分の思いを伝え、合意形成を図りながら目標を達成していく力を育成します。
○国際感覚の育成	：国際的な視野に立った考え方ができ、行動することができる力を育成します。

#### (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	取組目標	具体的取組
健やかな体	食育教育の充実を図るとともに、体育的行事や部活動を通して体力の向上を図る。	・計画的な食育教育の実施 ・安全かつ充実した内容での体育的行事の実施。
担当	保健指導部	

### 2 体育健康に関する実態把握

#### (1) 体育・健康に関する実態

- ・体を動かして遊ぶことは好きだが、進んで体力を向上させるなどの健康に対する意識は高くない。
- ・学区には自然が少なく、運動のできる公園などの施設も少ない。
- ・保健室利用の生徒が多く、基本的な生活習慣の定着ができていない生徒が多い。
- ・朝食の摂取率が低く、多様な食文化の中で生活している。

#### (2) 体力の概要と要因の分析

- ・体格は、各学年男女ともに横浜市の平均を上回る傾向にある。発育状況は良好といえる。
- ・体力は、ほとんどすべての項目で、各学年男女ともに横浜市の平均を下回っている。体力の向上は急務である。地域に運動できる施設が少ないことや、幼年期の運動習慣の少なさ、また、外国籍もしくは外国につながる生徒の、新体力テストへの理解の低さや意欲的に取り組めていないことなどが要因と考えられる。
- ・生活習慣では、運動部活動に所属している生徒が特に女子で少ない、運動習慣が週3日以上の子が少なく、特に女子ではしていない生徒が多い、運動時間が短い生徒が非常に多い、朝食を摂らない生徒が特に男子で多い、テレビ視聴時間が男子で多い、パソコン・スマートフォン等視聴時間が女子で多い、などの課題がみられた。

### 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、「運動する習慣」を目標とし、運動の楽しさを味わい、自ら進んで運動に親しむ態度を育てることに重点を置く。
- ・保健の授業では、生活習慣の見直しをし、自分の成長や健康維持について関心、知識を深める。

##### 《他教科での取組》

- ・家庭科：食育に重点を置いた、健康的な生活の基本。
- ・社会科：地域環境に重点を置いた、真に健康で文化的な生活。

#### 道徳・特活・総合

##### <学校行事>

- ・体育祭では、集団演技として組体操やダンスを発表し、チームワークや思いやりを身につける。

##### <『横浜の時間』>

- ・保健指導部が中心となり、薬物、アルコール、タバコの健康被害についての学習を行う。

#### 課外活動

##### <部活動>

- ・全員加入制、全員顧問制をとる。運動に関わる機会を増やし、仲間とともに活動していく中で集団生活を学び、体力の向上を図る。

##### <委員会>

- ・保健委員会では、タバコや薬物の害についてのポスター作りなどを、健康について考える来秋を増やす活動を充実させる。
- ・風紀委員会では、朝の週番活動を実施し、正門でのあいさつ運動や、登校時間の指導など、生活管理に関する意識を高める。

#### 平成29年度 港中学校 体力向上1校1実践運動

##### 《名称》

部活動顧問会が主体となった、体力向上合同トレーニングの企画、実施

##### 《ねらい》

部活動の活性化と、基礎体力の向上など

##### 《内容》

- ・新体力テストデータのフィードバック（個票の配付、ホームページへの掲載）
- ・体育的行事の内容と取り組みの充実を図り、運動の楽しさや仲間との活動の充実感、達成感を味わわせ体力の向上を図る。
- ・本校の立地を生かして、近隣地域のスポーツ団体を等の協力を得ながら、基礎体力の向上と部活動の充実を図る手立てとして、放課後のトレーニング講習会を立案、実施していく。

- 指 標：
- ①新体力テストデータ
  - ②体育的行事後の運動意識の変化（アンケート等）
  - ③トレーニング講習会後の意識調査