

# 横浜市立富士見台小学校 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
たがいにひびき合う学校(学び合う・認め合う・生かし合う)	<協働して課題解決する力> <言語能力・表現力> <自分づくりに関する力>

#### (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

学校経営中期取組目標
○活力と魅力にあふれた、地域と共に子どもを育む学校を創ります。 ・善しあしをわきまえ、社会のルールを守るなどの規範意識と礼儀を大切に育てていきます。 ・望ましい生活習慣を身に付け、進んで健康・体力づくりに取り組む姿勢を育てていきます。 ・「わかる」「楽しい」「集中できる」授業を展開し、問題解決的学習を重視しながら、思考力、判断力、表現力を高めていきます。 ・集団の一員としての居場所を確立し、他の人のために何かをしようとする姿勢を育てていきます。 ・様々な人とかかわる機会を増やし、視野を広げられるようにしていきます。

#### (3) 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	体育科学習や遊び、体力づくり活動を通して、運動することの楽しさや喜びを実感し、生涯にわたって、進んで健康・体力づくりに取り組めるようにする。	①継続的な体力アップにつながる取組を実践し、体を動かす楽しさを実感できるようにする。短縄跳びを中心とした体力づくりを継続し、楽しみながら体を動かす機会を定期的に設ける。②食育、保健の学習のよさを児童が理解し、生活に活かすことができるようにする。
担当	健やかな体実行委員会	

### 2 体育健康に関する実態把握

#### (1) 体育・健康に関する実態

- ◎体力の低下や二極化など顕著な姿がある。
- ◎体育学習での学び合い場面において、友達とかかわることや自分の考えを表現することに課題がある。

##### ★原因

- みんなと一緒に活動することで、育まれる充足感(他者共生感)の不足
- 日常生活における運動遊びや身体活動の減少
- 運動場面で基本的な動作ができないことによる運動嫌いな子の増加

#### (2) 体力の概要と要因の分析

体力テストの結果を見ると、全学年において、ほとんどの項目で全国平均値を下回る結果となっている。総合評価段階の構成比は、「A」「B」合わせて約20%、「D」「E」が約45%と下位が多くを占めている現状である。特に、「反復横とび」「20mシャトルラン」「50m走」の運動項目については、大きな課題として表れている。地域の環境として、体を動かす場所が限られており、運動を日常化させることが難しい状況であるといえる。学校だけでなく、家庭と地域と連動した体力向上を図る必要がある。

### 3 体育・健康に関する具体的取組

#### 教科

##### 《体育科での取組》

- ・運動の特性にふれながら、基本的な動きや技を身につけること。
- ・めあてを達成するため見通しをもって段階的に取り組むこと。
- ・学習に対する見通しや自分に合っためあてをもち、意欲的に取り組むこと。
- ・学習に取り組む中で友達と積極的に話し合ったり、かかわったりしながら、自分や友達よさに気づき、それを自分の学習にとり入れることで、「努力すればできる」という有用感を感じる。
- ・3・4年生では、保健の学習で、食事・運動・睡眠について学習すること。

##### 《他教科での取組》

- ・5・6年生では家庭科の学習で、食育との関連を図る。
- ・生活科、理科、道徳では、生命の尊さを指導する。

#### 特別活動・総合的な学習の時間

- ・ふれあい運動会では、運動に親しみ、楽しさを味わえるようにするとともに、地域とのつながりのなかで育っているという実感を持てるようにすること。
- ・新体力テストの結果を活用して、自身の日常生活と運動とのかかわりに気付くことができるようにすること。
- ・ペア活動の機会を生かし、異学年の友達とともに体を動かすことよさに気付くことができるようにすること。
- ・学校保健委員会の機会を生かして、子どもたち自身の手で健康的な生活をつくる意識を高めること。
- ・食育では、全学年共通で給食を生きた食材として活用した継続した食育（ぱくぱくだより）を行うこと。また、ランチルーム給食やバイキング給食など各学年の実態に応じた食育を行うこと。

#### 課外活動

- ・体育大会に向けた長縄跳びについての取組
- ・球技大会に向けた練習
- ・夏季水泳教室、クラブにおける泳力の向上
- ・健康診断を通し、自身の体へ関心をもてるようにする
- ・歯科巡回指導を通した歯と体の関係についての理解

### 令和2年度 富士見台小学校 体力向上1校1実践運動

#### 《名称》

体力づくりを中心とした体力アップ大作戦（児童会活動を中心とした子ども主体の取組）

#### 《ねらい》

- ・運動機会の確保
- ・運動を通した仲間づくり
- ・食や健康に対する意識の向上

#### 《内容》

##### ・運動委員会

月曜日、金曜日の中休みに、初めの5分間を全校児童で運動する時間を設ける。「縄」をテーマに年間を通して活動を行う。長縄跳びや短縄跳びを基本とする。長縄跳びは学級単位で行い、短縄跳びは技カードなどを使用して子どもたちが有用感を感じることができるようにする。運動会のふれあいペアダンスやラジオ体操など、学校行事に合わせた運動も行う。また、常時活動として、中休みに体育倉庫の用具を貸し出し、運動する機会を増やす。

##### ・なかよし委員会・保健委員会

学校保健委員会の機会を生かして、子どもたち自身の手で健康的な生活をつくる意識を高める。また、月目標を朝会など全校児童の前で発表したり、学級で振り返りの時間を設けたりする。

#### ●指標：① 委員会活動を活用して、活動に対する振り返りを行い、児童の満足度を把握する。

② 体力テストの成績

③ 生活実態調査「運動やスポーツの実施状況」「1日の運動・スポーツの実施時間」「睡眠時間」

「朝食摂取状況」