

# 横浜市立二谷学校 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) 学校経営中期取組目標

学校経営中期取組目標	
<p>○子どもたち一人ひとりを大切に、全職員で信頼され活力のある学校づくりを進めます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子ども一人ひとりが「わかる・楽しい」授業づくりを進め、学力の向上と学習に向かう主体的な姿勢の育成を目指します。</li> <li>・誰もが安心して楽しく学校生活を送ることができるようにします。</li> <li>・健康な心身をつくるために、望ましい生活習慣や体力づくりに日常的に取り組めます。</li> <li>・地域に愛着をもち、地域の一員としてよりよい社会をつくらうとする態度を育てます。</li> </ul>	

#### (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

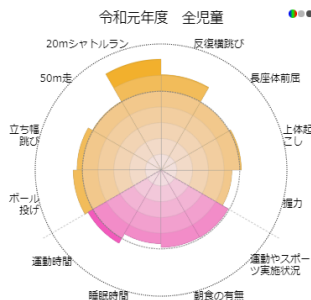
重点取組分野	取組目標	具体的取組
健やかな体	運動の機会を確保し、体力向上を図るとともに、自ら運動しようとしたり、健康的な生活をしようとしたりする姿勢を育てる。	①一校一実践運動で短縄、長縄を取り上げる。児童が自ら、日常的に取り組めるよう、運動委員会を通して、児童主体で計画、運営していく。 ②学校保健委員会を通して、規則正しい生活リズムへの意識を高める。
担当	体育部	

### 2 体育健康に関する実態把握

#### (1) 体育・健康に関する実態

- ・市の平均に比べ、朝食の摂取率が少し低く、87%の児童が「毎日食べる」と答えている。11%の児童が、「時々食べない」との回答で、「毎日食べない」と答えた児童は約1%いる。また、運動時間でも、「2時間以上」と答えた児童が、市の平均を上回っており、運動をする習慣が身につけてきていると言える。
- ・睡眠時間が6時間未満の児童が10%見られる。塾や習い事に通っている子どもも多く、十分な睡眠時間を確保することが難しい児童が、学年が上がるにつれて増えているとは言えない。
- ・1校1実践運動の取組の様子をみると、楽しみにしながらしっかり取り組んでいる子どもがほとんどであるが、その場限りの運動となってしまう、向上心をもって、継続的に取り組む習慣は身につけていない。

#### (2) 体力の概要と要因の分析 (小学校は全校配付の体力・運動能力調査分析チャートを活用)



新体力テストの結果から、ほとんどの項目で市平均を上回るか同等の記録が出ている。特に、20mシャトルラン、反復横とびの結果の良さは顕著である。

市の平均を上回っている立ち幅跳びと長座体前屈については、市平均を下回る学年もあり、瞬発力と柔軟性の向上が、本校児童の課題と考えられる。

### 3 体育・健康に関する具体的取組

#### 教科

##### 《体育科での取組》

- ・体育科では、「体づくり運動」の領域を重点領域とする。その中でも、体力を高めるために行われる運動として、児童の発達段階に応じて、低学年は「多様な動きをつくる運動遊び」、中学年は「多様な動きをつくる運動」、高学年は「体力を高める」の中で、柔軟性と持久力を高めることを意識した授業づくりを行う。また、同時に保健領域を通じて、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活の重要性を指導していく。

##### 《他教科での取組》

- ・家庭科では、食教育との関連を図り、栄養を考えた食事のとり方や、食事の役割について学ぶことにより、食生活を総合的に学習する。その中で、日常とっている食事を改めて見つめ直し、日常生活の中で主体的に活用できる力を養う。
- ・どの教科においても、授業中の姿勢には気をつけていきたい。規則正しい生活は、規則正しい生活態度から。その第一歩として、正しい姿勢で学習に取り組む習慣づけを徹底していく。

#### 道徳・特活・総合

- ・運動会は、体育科で培った資質能力の発表の場として設定し、「走・跳の運動」（陸上運動）と「表現運動」に目的をもって取り組む習慣づけをする機会とする。
- ・学校保健委員会では、二谷小学校児童の健康面での課題を提示し、規則正しい生活リズムへの意識を高める場とする。

#### 課外活動

- ・地域スポーツ行事参加への発信
- ・学校保健委員会の開催（児童保健委員会とPTA、学校医等との連携）
- ・夏季水泳チャレンジ教室
- ・長期休業時の生活チェックの取組（PTAとの連携）等

#### 令和2年度 二谷小学校 体力向上1校1実践運動

##### 《名称》 体力向上タイムでのなわの運動の実践

《ねらい》 児童の運動機会の確保と体力の向上、教員の指導力向上

《内容》 月曜日 朝時間（8：30～8：40）

水曜日 ロング昼休み（13：00～13：20）

を利用した体力の向上をねらいとした取り組み。

- ・運動会全校リズムダンスの練習（10月）
- ・長縄跳び（八の字 他）の取組（6月～10月）
- ・短縄跳びの取組（11月～3月）

＜取組について＞

- ・長縄を各学級に複数本配布し、練習での児童の運動量を増やし長縄に親しめるようにする。
  - ・長縄学級カード、短縄記録カードを配布し、継続的に取り組むことで、記録・技能向上の達成感を味わうことができるようにする。
- （跳べた記録の足跡が残るようなもの 短縄の技のレベル表など）

※体育・健康プランは学校全体の体育・健康に関する指導の全体計画であり、体力向上の取組である「体力向上1校1実践運動」はその一部です。

※体力向上1校1実践運動の取組については、学校ホームページに記載してください。

＜参考＞ 学習指導要領総則 「学校における体育・健康に関する指導は、児童（生徒）の発達段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする。」