

# 横浜市立一本松小学校 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) 学校経営中期取組目標

| 学校経営中期取組目標   |  |
|--|--|
| ○一人ひとりを大切にしながら、地域と共に子ども達を育てていきます。  |  |
| ・基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得を図りながら、学校教育で育成すべき資質・能力を明確にし、「何を」「どのように」学ぶかを視点に授業改善を行います。 |  |
| ・子ども達が自己有用感をもちながら、「なかよく たのしく げんきよく」学校生活が過ごせるようにします。                          |  |
| ・健康の大切さを知り、子ども達が自ら健康・体力づくりに取り組めるような生活習慣が形成できるようにします。                         |  |
| ・温かい地域の教育力を感じながら、社会とのつながりを意識し、「まち」に生き、「まち」を誇れる心を育てます。                        |  |

#### (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

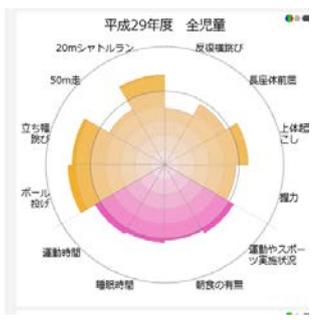
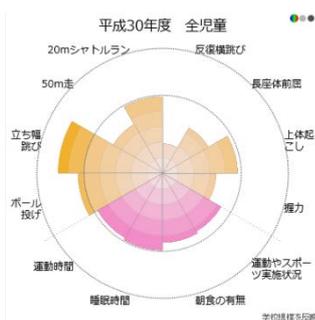
| 重点取組分野 |     | 取組目標   | 具体的取組  |
|--------|-----|--|--|
| 健やかな体  |     | 子どもの体育・健康面の姿から課題を明確にし、体育科の授業を中心としながら、休み時間の体力向上の取組に力を入れるなど教育活動全体を通して健やかな体の育成を目指す。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>学校保健委員会を中心に心や体の健康についての取組を行う。</li> <li>生涯体育に向けて進んで運動することの楽しさや喜びを実感できるように外部との連携、休み時間の活用、オリンピック・パラリンピック教育などを行う。全校で運動に取り組む機会や時間を確保できるようにしていく</li> </ul> |
| 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

- ・運動の実施状況では、市の平均とほぼ変わらない状況を維持しているので引き続き、全校での体力向上の取組に工夫が必要となってくる。
- ・睡眠時間や朝食の有無では、改善傾向にあり学校保健委員会や保健委員会の取組が子どもたちの早寝・早起き・朝ごはんを意識して生活していこうという意識の高まりに影響していると考えられる。

#### (2) 体力の概要と要因の分析（体力・運動能力調査分析チャートを活用）



昨年度よりも全体的に平均を下回る結果となった。マラソンやバスケ、サッカーの特別クラブの実施、休み時間を利用した一本松スポーツタイムの取組などで力を入れたことで、巧緻性や持久力が身に付き、ボール投げや立ち幅跳びに関しては、市平均を上回ることができている。運動スポーツの実施状況や朝食の有無の結果などの生活習慣に関する数値からも、それらが要因となり、体力が伸び悩んでいるとも考えられるなど課題が明確になってきた。

### 3 体育・健康に関する具体的取組

#### 教科

##### 《体育科での取組》

- ・多種多様な運動や遊びを体験し、体を動かす楽しさや互い協力し合って運動に取り組むよさを実感できるようにする。
- ・自分に合っためあてをもち、その達成に向けて意欲的に取り組む態度を育てる。

##### 《他教科での取組》

- ・すべての教科において、自己肯定感の向上を目指し、生命の尊さを感じられる心を育む。
- ・家庭科では、自らの食生活を見つめ、改善できるように、食育と関連付けて指導する。

#### 道徳・特活・総合

- ・一本まつりに向け、クラスや全校でのダンスに取り組み、みんなで一緒に体を動かす楽しさを実感しながら運動する機会を増やしていく。
- ・年3回の長縄大会に向け、自分たちの記録を伸ばしていくことを目標に、集団で積極的に運動する機会を増やす。
- ・運動会では体育で培った資質能力をさらに発展させ、更なる運動への意欲向上を図る。
- ・学校保健委員会では、子どもたちの実態をアンケートで調べたり、クラスごとの取組目標を立てたり、1年間健康・体力の向上について取り組んでいる。

#### 課外活動

- ・特別クラブ（マラソン、サッカー、バスケットボール、水泳）を実施することで、運動に親しむ機会や、自分の目標をもって取り組む意欲の向上、健康体力・技能の増進などを目指す。
- ・個人面談等を利用して体力テストの結果や保健情報等を家庭と共有し、家庭や地域と連携して、子どもの健やかな成長への意識の向上を図る。
- ・休み時間の有効活用（一本松スポーツタイム、いきいきキッズ、なわとびタイム、マラソンタイム、長縄大会などの実施）により、進んで運動に親しむ態度の育成を図り、運動の楽しさを実感する機会たくさん持てるようにする。
- ・校内マラソン大会、なわとびカード、マラソンカードなどを活用し、一人ひとりの体力やめあてに応じた取組を奨励していく。

#### 令和元年度 一本松小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 休み時間の有効活用

《ねらい》 運動機会の確保、運動に親しむ態度の育成

《内容》 ①運動委員会が主体になった木曜日の中休みの活動（一本松スポーツタイム）  
②西区体育協会・PTAの協力による、月2回木曜日の中休みの活動（いきいきキッズ）  
③週2回、12月、1月のマラソンタイム、2、3月のなわとびタイム  
④年3回のクラス対抗長縄大会  
⑤1月の校内マラソン大会  
⑥週1回の30分昼休み（体育館の開放）

●指 標： ①行事後の振り返り

②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」から検証する。