

# 平成30年度 港南台第二小学校 体育・健康プラン

## 【中期学校経営方針「健やかな体」達成目標】

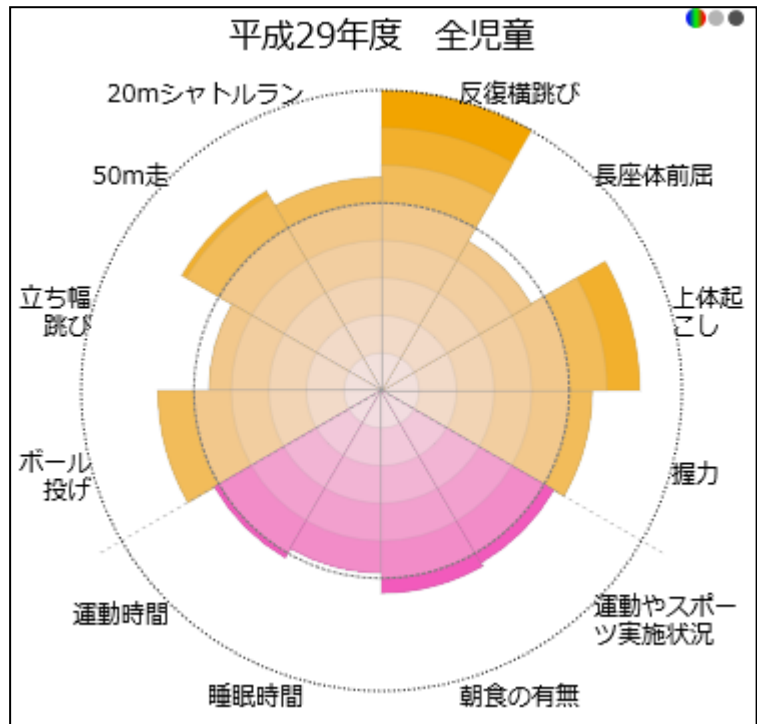
- 新体力テストの全ての学年・項目において市の平均以上を目指します。
- 横浜市の体育科基本調査の全ての学年・項目において市の平均以上を目指します。
- 朝食摂取率95%、睡眠時間6時間以上98%を目指します。

### <児童生徒の体育・健康面の姿>

平成29年度 本校の平均と横浜市の平均(内側に点線で示された円)との比較

### <体力>

- 市の平均を上回っている項目が多い。
- 上体起こし、反復横跳びは、28年度に続き、全学年で市の平均を大きく上回ることができた。
- △立ち幅跳び、長座体前屈は、半数以上の学年で市の平均を下回った。
- △立ち幅跳びでは、特に低学年で市の平均を大きく下回っている。
- 本校の28年度の結果と比べると低下しているものの、全体的な傾向としては、多くの項目で市の平均を上回ることができた。



その中でも、長座体前屈、立ち幅跳びについては、他の項目よりも低めの数値が続いている。体力テストまでに体育の授業の中で関連のある動きなどを取り入れたり、運動の行い方を確かめたりすることで、子どもたちが本来もっている力を発揮できるようにする。

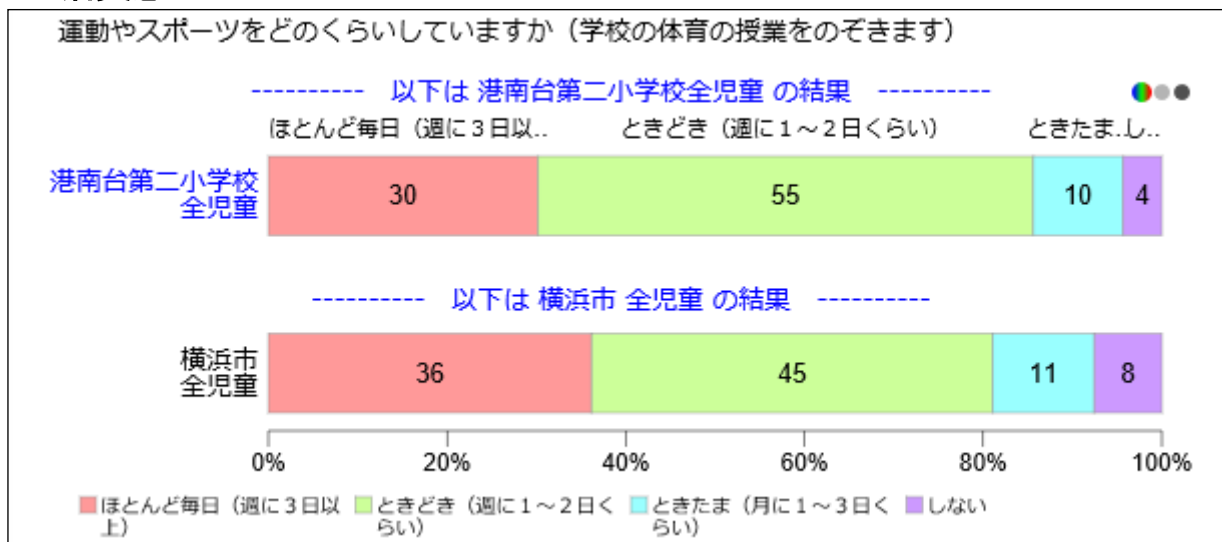
例年、本校では、高学年を中心に多くの子が、自主的に陸上の朝練習に参加している。また、長縄の練習にも継続的に取り組むことで、リズムよく、俊敏に体を動かす経験を積んできている。これらの取り組みを今後続け、体力向上を目指していきたい。

### <体格>

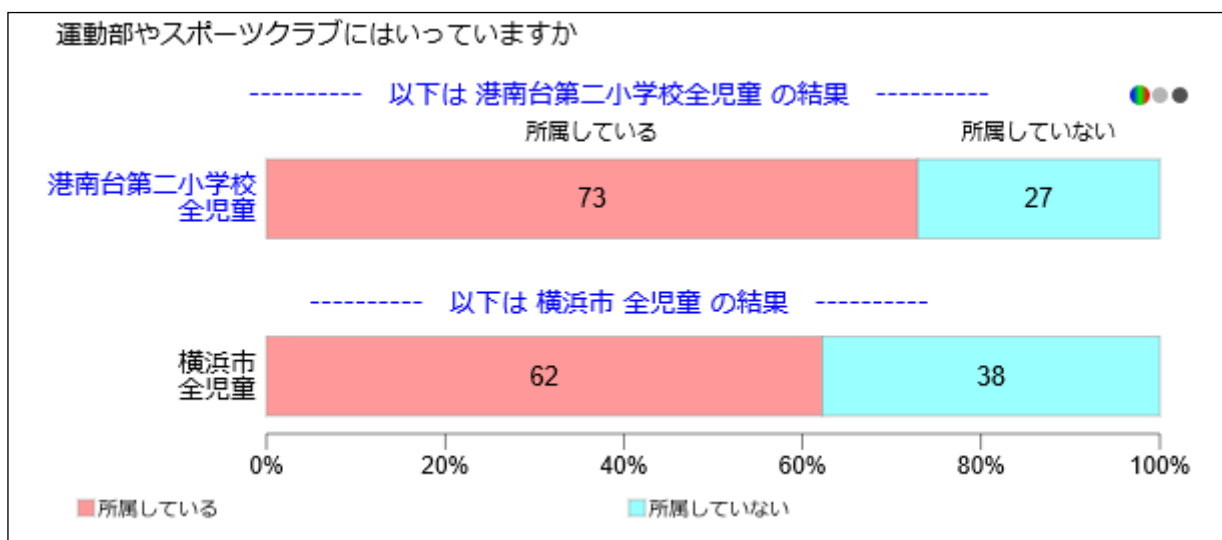
		29年度本校	29年度横浜市平均
1年生 (現2年生)	身長	116.3	116.2
	体重	21.0	21.0
2年生 (現3年生)	身長	122.6	122.2
	体重	23.9	23.5
3年生 (現4年生)	身長	126.6	128.0
	体重	25.4	26.6
4年生 (現5年生)	身長	134.2	133.8
	体重	30.6	29.9
5年生 (現6年生)	身長	139.6	139.7
	体重	34.7	33.7
6年生 (現中1)	身長	147.5	146.0
	体重	39.1	38.1

○体格は、ほぼ平均的であるが、身長、体重とも市の平均を下回る学年もある。

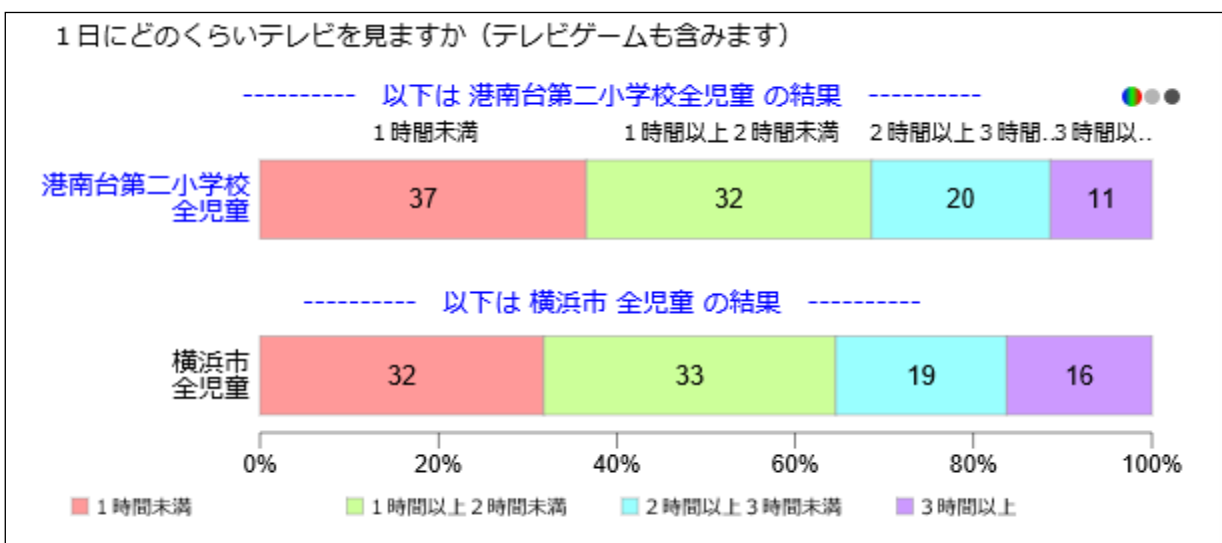
## <生活実態>



○週に1回以上運動やスポーツをしている児童が85%と、市の平均より多いが、「しない」と答えた児童もいる。



○運動部やスポーツクラブに入っている児童が73%と、市の平均より11%多い。（本校でも特別陸上クラブを行っていて、活動している児童は多い）



○1時間未満の児童が37%と、市の平均より5%多いが、3時間以上の児童もいる。

## <学校の体力づくりの姿> (体育科での取組、他領域等での取組、保護者・地域との連携)

- 広い校庭等の環境を生かし「運動の質・量」を大切にした体育学習に全職員で取り組んでいる。
- 児童は体育学習に概ね積極的に取り組む姿が見られている。
- 体育の春の単元「体づくり運動」では、新体力テストを見据え運動要素に着目した単元構成に心掛けている。
- 新体力テストを、「ふれあい体力テスト」として縦割り活動や地域保護者との連携などの要素を盛り込んで行っている。
- 隣接する広い「中学校予定地」や円海山ハイキングコース、日光の戦場ヶ原ハイキングコース等を活用し、行事やふれあい活動で体力づくりを視野に入れた取り組みをしている。
- 体育委員会主催の「長縄大会」や「ドッジボール大会」を行い、全校が共通の目的をもって運動に親しみ、体を動かしている。
- 保健委員会を中心に健康作りを呼びかけ、年2回「健康ニコニコ会議」として話し合いをしている。
- 給食委員会中心に残量調査や残量の少ないクラスの表彰・給食集会などを行い、食育の推進を図っている。
- 週2回朝の時間を使って4～6年生を対象に特別陸上クラブとして体力づくり指導を行っており、約70名が参加している。11月からは、対象を3年生まで拡大し、例年約100名が参加している。
- 夏の港南区陸上教室・港南区陸上大会、秋のはまっこ駅伝、冬の港南区健康マラソン・よこはま国際ちびっこ駅伝等に出場し、好成績を収めている。
- 夏期休業中に10日程度水泳教室を開催し、多くの子どもが参加している。区や市の水泳大会でも好成績を収めている。
- 体育学習において、思考・判断面の育成や自己の成長を実感できるよう、更なる工夫が必要。
- 中休みや昼休みなど、校舎内で過ごす児童が多く見られる。
- 体育学習にやや消極的な児童もいる。



### 平成30年度 港南台第二学校 体力向上1校1実践運動

#### <体育・健康に関する指導の目標>

「運動がすき・友達がすき・自分がすき」な子の育成

#### 設定の理由

- 体力づくり・健康作りのよさを「運動そのもののよさ」「友達と関わるよさ」「自己の成長を実感でき、自信につながるよさ」の3つの視点からとらえ、日々の授業や活動を見直すとともに指導に生かしていきたい。それらのよさや運動の楽しさを感じ、自ら進んで健康づくりに取り組む姿勢を育てたい。

#### 具体的な取り組み内容

《名称》 みんなで「長縄名人」になろう！

《ねらい》 長縄を通した体力づくりと異学年のコミュニケーション

《内容》 基本的に、2週に一度火曜日に、「長縄大会」を目標に長縄跳びをする。6年生の体育大会までは、各クラス、それ以降は縦割りふれあい班で継続的に取り組み、1月の長縄大会で成果を発揮する。6年生の体育大会にも関連させ、6年生の達成感を目指す。

●指 標: 長縄大会でクラスや縦割り班の目標を達成できるようにする。

《名称》 ラジオ体操で「運動がすき・友達がすき・自分がすき」な子を育てよう！

《ねらい》 子ども一人ひとりが、ラジオ体操を通して運動のよさや楽しさに触れられるようにする。

《内容》 昨年、学校保健委員会で区の体育指導員から指導いただいたラジオ体操を、年間を通して取り組む(隔週)。また、運動会の種目の一つとする。

●指 標: 2月実施の「横浜市学力・学習意識調査: 活実態調査アンケート」の体育の意識調査「体育が大切だと思う」「体育が好きだ」において、すべての学年が前年度よりポイントが上回るようにする。