

横浜市立六つ川西小学校 令和3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	
○学校教育目標の具現化を目指し、「共に育つ」子ども、教師、保護者、地域を常に念頭においた学校経営を行い、一人一人を大切にする教育を実践する。	
○様々な研究や研修において、必要に応じて講師を招聘し、教職員の授業力や教師力を高め、教育に意欲と使命感をもって取り組むチーム「六つ西」を作ります。	
○基礎・基本の確実な定着を図るとともに、友達の意見や考えを参考にして、自分らしさを生かして活動したり表現したりすることのできる子どもたちを育てます。	
○児童指導・特別支援教育を図るとともに、小中連携を深めながら、小中一貫教育を進めていきます。	

(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		①体力アップ活動、休み時間の運動遊びを通して、体力向上を目指します。	① 「六つ西体力アップタイム」を充実させ、短縄・長縄・持久走に継続的に取り組めるようにする。
		②体育の授業改善を行い、主体的に学ぶ活動を通して、運動の楽しさを実感させます。	② 「1時間2単元」を取り入れるなどして、子どもたちが多くの運動（遊び）に短時間で継続して取り組めるよう、カリキュラムを編成する。
担当	体育部	③栄養士、家庭、校医と連携して、食育、歯科保健教育の充実を図ります。	③ 養護教諭と連携し、「歯磨きタイム」や「歯の衛生週間」などを通して歯磨き指導を徹底する。

2 体育健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

- ・体を動かすことに関しては、地域に広場が多く、友達と一緒に体を動かしたり、地域のクラブに所属し熱心に練習に取り組んだりしている児童がいる。その一方で、週にほとんど体を動かさない児童もおり、二極化しているといえる。
- ・給食後の歯磨きが習慣化されており、予防への意識が高まってきている。
- ・一校一実践運動の取組をみると、意欲的に取り組んでいる。また、長縄については、「長縄記録会」に向けて各学級で練習し、その成果を発揮しようとする姿が多くみられる。
- ・市の平均に比べ、朝食の摂取率がやや低く、毎日食べていない子どももいる。また、十分な睡眠をとっていない児童も少なからずいる。

(2) 体力の概要と要因の分析（市平均と比較して）

握力	上体起こし	長座	反復	シャトルラン	50m走	立ち幅	ソフト投げ
+	-	-	-	傾向なし	傾向なし	+	+

○力強さがある。

△タイミング良く体を動かすことが苦手。

△柔軟性が低い。

シャトルランで平均を下回らなかったことは、体育科授業や体力アップタイムでの充実した活動が奏功しているものと考えられる。ただし、柔軟性の低さが見られるので、10分間走の取り組みと合わせて、ストレッチ等の運動を継続的に取り入れていく必要がある。また、タイミングの良さ等を測る種目2種（反復横跳び・ソフトボール投げ）で平均を下回っていることから、全身の調和をとって運動する体づくり運動の充実や短縄・長縄の継続的な取り組みを続けていきたい。

教科

《体育科・保健体育科での取組》

○体力アップの時間を活用して、運動の楽しさに
ふれる機会を多くもてるようにする。また、継続
的な取り組みによって自分の体力の向上を実感し
たり、運動の心地よさを味わったりすることを通
して、運動に前向きに親しむ素地をつくっていく。
○学習指導要領に基づき、系統性をもったバラ
ンスのよいカリキュラム作りを行っていく。
○学習カードを活用して、自分の力にあった課題
や場を選ぶ力を高めていくよう指導する。

《他教科での取組》

○家庭科では、食教育との関連を図り、健康や体
の長に関わる事項について授業を通して伝えてい
く。

道徳・特活・総合

《学校行事や特別活動での取組》

○体力テスト ○運動会 ○体育大会
○球技大会 ○長縄記録会
○横浜の時間 ○全校遠足 ○宿泊体験学習
○歯科巡回指導 ○健康診断 ○栄養士食育講義

学校保健委員会では、テーマとして生活環境・安全・
保健・健康・体力向上を掲げて、全校の話題として
いく。食育目標の理解と実施に向け、栄養士などか
ら食育に関する講義を発達段階に応じて行って
いく。

課外活動

○歯みがきタイム（年間）※ガイドラインによる
○歯磨きカレンダー
○長なわ集会
○食に関する給食集会
○保健・健康集会

令和3年度 六つ川西小学校 体力向上一校一実践運動

《名 称》 六つ西体力アップ
《ねらい》 様々な運動に取り組むことを通して、自分の体や技能の変化に気付き、より一層運動や自分の身体に対
する関心や意欲を高めていくため。
《内 容》 週に1回、朝の時間15分間を主に、調整力と体力を高める運動を発達段階に応じて行う。
①短縄 ②長縄 ③10分間走
運動委員会を中心とした「長縄記録会」を開催する。
《指 標》 体力テスト