

令和2年度 並木中央小学校 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 |
| ○ 心の内側からわき起こる確かな自信を培います。 ○ 豊かなコミュニケーション力を育てます。 | <自己や他者を認め、心身ともに健やかに生きる力> |

(2) 中期取組目標

【中期取組目標】

- 子ども一人一人が、自己の健康に気付けて、運動との関わりある生活を積極的に行えるようにします。
- 進んで運動することのよさや楽しさに気付き、基礎的・基本的な体力の向上を目指すとともに、生涯にわたる「健康・運動」につながる意識を高めます。
- 運動を通して、互いに認め合い、関わり合う態度を大切にします。
- 自己の健康について考え、生活習慣を見直そうとする態度を養います。

(3) 体育・健康に関する指導の重点取組分野・具体的取組

| 重点取組分野 | 具体的取組 |
|--------|--|
| 健やかな体 | ① 学校保健委員会を中心として、児童保健委員会の活動の充実を図る。 ② 食事や睡眠などと健康との関わり、生命の尊さを全校児童に伝える機会を設け、生活習慣などを見直す機会をつくる。 |
| 担当 | 体育部 |
| | ③ めあてや見通しをもった学習を展開することで、主体的に課題解決できる子どもの育成を目指し、体育科を中心とした健康に関する教科等の授業改善を図る。 |

2 体育・健康に関する実態把握

<児童の体育・健康に関する実態>

- ・ 休み時間は、外遊びをする児童が多く、体を動かすことが好きな児童が多い。
- ・ 給食は、残食が少なく、よく食べる傾向にある。
- ・ 放課後、体を動かして遊んでいる児童が多く、より体を動かそうとしている。
- ・ 生活のリズムが不安定で、高学年ほど夜型の傾向が強く、朝食を抜く児童もいる。
- ・ 運動時間は、市平均と比べると「平均的」である。

<体力に関する実態>

- ・ ここ数年の新体力テストの結果を見ると、ほとんどの項目で市の平均を下回っている。
- ・ 握力、長座体前屈の結果は、市平均と同じくらいの数値である。
- ・ 20mシャトルラン、反復横跳び、立ち幅跳びの項目の数値が顕著に低いことから、特に、持久力や跳躍力に課題があると考えられる。

3 体育・健康に関する具体的取組

教科

《体育科での取組》

- ・運動特性にふれながら、基本的な動きや技を身に付けること。
- ・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、関わり合ったりしながら、自分や友達よさに気づき、それを自分の学習に取り入れること。

《他教科での取組》

家庭科

栄養バランスのよい食事をする、環境を整えるなど、食育や健康との関連を図る。

生活科・理科

生き物や植物の観察や飼育を通して、生命の尊さを知り、豊かな心を育てる。

特活・総合

- ・児童保健委員会では、年2回の学校保健委員会の企画・運営を行い、全校児童が健康で安全な生活が送れるように活動する。
- ・児童一人一人が目標をもって取り組み、体力・健康について考えられる運動会づくりを行う。
- ・運動会では、体育科で培った力を発揮できる演技（表現）や競技を設定し行う。
- ・安全指導では、体育科学習の中で安全な準備の仕方や運動する上で気を付けるべきことの徹底を図る。
- ・児童保健委員会による、健康チェックウィークなどの、自己の健康・体力を見直す機会の提供を行う。

課外活動

- ・通年の早朝陸上練習
- ・夏季水泳教室
- ・長縄集会
- ・保健委員会を中心とした学校保健委員会の取組（年2回）
- ・保健委員会による健康体操
- ・給食委員会を中心とした給食週間の取組
- ・横浜市体育協会と連携し、中休みスポーツデーの取組
- ・保健委員会による体力アップデーの取組

令和元年度 並木中央小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 跳んで高めるスポーツライフ

《ねらい》 体力向上にかかわる活動を見直し、その改善を図るとともに、子どもの体力向上への取組を通じて、継続的に運動する習慣を確立する。運動への関心や自ら運動することの楽しさや喜びを味わい、運動を日常生活の中に取り入れることができるようにする。

《内容》 長縄集会を設けて、学級ごとに中休みや昼休みを利用し全児童が長縄に励む。記録賞を配布するなど、長縄への意欲を高めるようにする。

●指 標:① 行事後の振り返り ② 生活実態調査「1校1実践運動の前後の比較」