

横浜市立下野庭小学校 2020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>○学校教育目標の実現に向けて、全職員が学校経営に積極的に参加し、活気にあふれた学校づくりを推進します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもたちが学習の楽しさを実感できる授業づくりを進め、学力向上を図ります。 ・一人ひとりの子どもが自分のよさに気づき、安心して過ごせる居場所づくりに努めるとともにチームとして子どもたちを育てます。 ・自分の体力に目を向け、改善していく大切さに気づき、力を高めていける子を育てます。 ・学校・保護者・地域と連携し、信頼される学校づくりを進めます。 	

(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

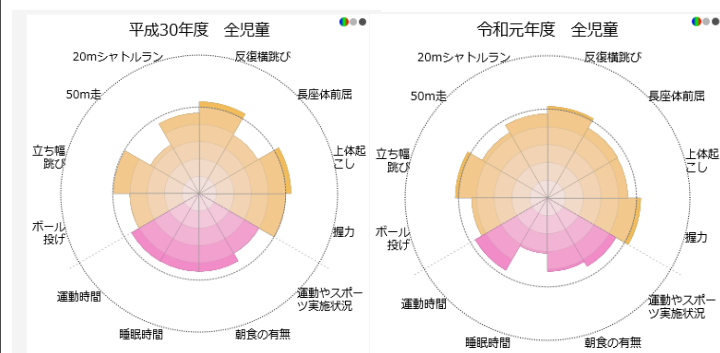
重点取組分野	取組目標	具体的取組
健やかな体	自分の目標に向かって挑戦したり、友だちと共に体を動かしたりすることの楽しさを味わい、積極的に運動に取り組もうとする子を育てる。	①全校ジャンピングや中休みの体育用具貸出など、様々な取り組みを通して、それぞれが自分に合った運動の楽しさを感じ、日常的に運動に取り組もうとする子を育てる。 ②陸上クラブ（11月～7月）での取組を通して、走る楽しさや体力の高まりを実感できるようにする。
担当	体育部	

2 体育健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

- ・平成27年度まで学校の課外運動クラブがなく、体育の時間以外で本格的な運動に親しむ機会が少なかった。
- ・男女ともに体を動かすことが好きな児童が多いが、休み時間に校庭で遊んでいる児童が必ずしも多いわけではない。
- ・全体的に柔軟性は低く、学年が上がるにつれてその傾向は顕著になっている。
- ・睡眠時間・朝食の有無の項目が市平均より際立って低い。

(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）



全校ジャンピングや陸上クラブなど、これまでの取り組みの成果もあり、平成30年度、令和元年度は3項目で市平均を上回り、その他の各項目も市平均に近づいてきていて、平成26年度以降では、最も高水準にあると言える。走力や投力・柔軟性の数値が市平均よりも低いのは、運動経験の少なさや自己の健康や体力に関する関心の低さも影響していると考えられる。体力を上げていくためには、運動の楽しさを味わわせるだけでなく、自己の健康や体力に目を向け、目標をもって運動に取り組む姿勢を育てていく必要がある。

3 体育・健康に関する具体的取組

教科

《体育科・保健体育科での取組》

- ・体育の授業では、系統性を意識した学習カードを作成し、児童が効果的に体力を高めることができるようにする。

《他教科での取組》

- ・家庭科では、食教育との関連を図り、「早寝・早起き・朝ごはん」が大事であることを知り、生活改善のきっかけとする。

道徳・特活・総合

- ・運動会では、体育科・保健体育科で培った資質能力をさらに発展させ、競い合う中で体力を高めたり、運動する楽しさを味わったりすることができるようにする。
- ・学校保健委員会では、昨年度「朝食」に焦点を当て、朝食と規則正しい生活について考えることができた。今年度は「睡眠時間の減少とメディア依存の相関関係」に着目し、よりよい生活習慣の確立につなげる。
- ・運動委員会では、全校ジャンピングを推進するとともに、中休みの体育用具貸出を行い、積極的に外で体を動かすことができるようなきっかけづくりをする。

課外活動

- ・陸上クラブ活動の推進
- ・特別練習（水泳大会・体育大会）
- ・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、家庭と連携して体力向上や健康に関する意識を高めていく。

2020年度 下野庭小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 「全校ジャンピングタイム」

《ねらい》 運動機会の確保

《内容》 年間を通してリズムなわとびやチャレンジなわとびに取り組み、児童の瞬発力・持久力など総合的な体力の向上を目指すとともに、自らすすんで体力を高めようとする意識を高める。

●指 標： ①カードによる振り返り

②体力テストの結果から検証する。

③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。