

# 横浜市立汐入学校 平成28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  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>○一人ひとりの子どもが、夢中になって取り組む学習づくりを推進し、友達と支え合いながら安心して課題解決に取り組む、粘り強く最後までやり遂げる力を付けられるようにします。</li> <li>○一人ひとりの子どもが、他者の気持ちを思いやり、温かい人間関係の中で安心して学校生活を過ごせるようにします。</li> <li>○教職員が、同僚と学び高まりながら仕事を遂行する力の向上と、同僚と連携し合う活気ある運営組織の確立を進めます。</li> <li>○地域・家庭のニーズを確かに捉え、小中一貫教育ブロックや家庭・地域と連携した実践と、学校評価による改善を通して信頼される学校づくりを進めます。</li> </ul> |

#### (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

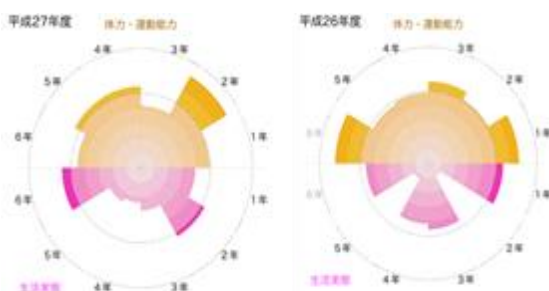
| 重点取組分野 | 取組目標  | 具体的取組   |
|--------|---|---|
| 健やかな体  | 規則正しい生活を守り、食生活や運動の大切さを理解して、健康でたくましい体をつくろうとする態度を育てる。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>①重点研究や校内研修による、体育科・保健体育科の授業改善を図る。</li> <li>②体力テストや独自指標等の結果をもとにした、<b>体力向上1校1実践運動の改善</b>を図る。</li> <li>③体力テストの結果等を保護者と共有するなど、<b>家庭や地域と連携</b>して体力の向上、生活習慣の改善を図る。</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

- ・休み時間に外遊びをしている子どもは学年によって偏りがある。放課後進んで運動をしている子どもも多いとは言えない状況である。  
→地域に体を動かして遊べる場所や遊具がないことや公園での遊びを制限されていること等が影響していると考えられる。
- ・定期的に運動をしている児童（週1回以上）が6割程度いる一方、ほとんど運動する機会のない児童も2割弱いる。
- ・新体力テスト：市平均を上回る項目…反復横跳び、シャトルラン、立ち幅跳び、上体起こし  
下回る項目…ソフトボール投げ、50m走、握力、長座体前屈、握力
- ・年間を通して、欠席、病気、怪我をする子どもは少なくなく、生活リズムが整わず、遅刻する子がいる。
- ・身長は平均的だが、体重は市平均を上回る学年が多い。肥満傾向にある子どもも少なくない。
- ・給食をたくさん食べる子どもとそうでない子どもの差が大きいが残量は減ってきている。

#### (2) 体力の概要



新体力テストの結果から、半分の項目が全国平均、市平均と同等の記録が出ているが、ソフトボール投げ、長座体前屈、50M走については、下回る学年が多い。能力については、運動経験の少なさが影響しているものと思われるため、朝のスポーツタイムの時間に、校庭のフェンスにぶら下げたフラフープを目掛けて、ソフトボールを投げる体験をさせている。職員の指導力も含めて、研修等を交えながら取り組んでいく必要がある。

### 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》

・「進んで運動する子どもの育成」をテーマに魅力的な授業を模索し、子どもが運動することの楽しさや喜びを実感し、運動が習慣化されるよう体育学習の充実を図る。

##### 《他教科での取組》

- ・生活科、理科では、生命の尊さに触れる。
- ・家庭科では、食育との関連を図る。

#### 道徳・特活・総合

- ・運動会
- ・市体育大会
- ・区水泳大会
- ・汐入カップ（5、6年生 球技）
- ・鶴見臨海フェスティバル（大縄）
- ・特別活動（給食指導、委員会活動）
- ・歯科巡回指導 ・健康診断 ・発育測定
- ・保健委員会を中心とした学校保健委員会（年2回）
- ・給食委員会による給食集会

#### 課外活動

- ・朝スポ（朝のスポーツタイム）5分間走、長縄、短縄、ラジオ体操、体力テスト練習

☆体力向上1校1実践運動☆

- ・夏季水泳教室
- ・区球技大会や市体育大会に向けての練習

#### 平成28年度 汐入学校 体力向上1校1実践運動

《名称》朝のスポーツタイム(朝スポ)

《ねらい》・体力をつけたり向上させたりすることができる。

・定期的に運動することで、健康な体をつくることができる。

《内容》毎週水曜日の朝の時間を利用し、全校で朝のスポーツタイム(朝スポ)と称して取り組む。

・5分間走…低学年、中学年、高学年それぞれ一周の距離を変えて走る。

・長縄…クラスごとに3分間の記録を計測する。

・短縄…跳び方を自分で決め、3分間で記録を取る。

・ラジオ体操…運動会や夏休み前にラジオ体操の仕方を確認する。

・体力テストに向けての練習…市の平均記録を下回っている項目の仕方を確認し、取り組む。

#### ●指 標:

・定期的に記録会を行い、継続して続けることの大切さを実感させ、次の目標を明確にした活動にする。

・がんばりカードを作成し、振り返りや目標が分かるようにする。