

# 平成27年度 美しが丘西小学校 体育・健康プラン

## 【中期学校経営方針「健やかな体」達成目標】

一校一実践運動の「長縄跳び」記録会を実施するなどして、クラスや個人で継続的に取り組むことにより体力の向上を図っていきます。

### ＜児童生徒の体育・健康面の姿＞

・本校児童のこれまでの新体力テストの結果をみると、ほとんどの種目で横浜市の平均に近い、または上回る結果が出ている。しかし、長座体前屈の結果は低く、身体の柔軟性という面では下回っている。  
・朝食の摂取状況は、ほとんどの児童が毎日きちんと食べている。前夜からの生活リズムができてきているということも言え、基本的な生活習慣が身についていると考えられる。体調を崩して保健室を利用する児童も、昨年度よりも減少している。体力はついてきているが環境の変化や気候の変化にはまだ対応できないようである。

### ＜体育・健康に関する指導の目標・方針＞

子ども自身が進んで運動をすることの楽しさや喜びを友だちとの豊かな関わりの中で実感し、生涯を通じて自己の生活に進んで運動を取り組んでいこうとする姿をめざします。  
自分のよさや可能性に気づき、生きる喜びを感じながら、自分の生き方を前向きに創っていこうとする姿をめざします。

#### 教科

《体育科・保健体育科での取組》  
《他教科での取組》

体育科では、「進んで運動に取り組む子の育成」を目標とし、運動することの楽しさや喜びを友だちとの関わり合いの中で実感できるようにする。  
保健の学習では、規則的な生活をするのが、体調を整え、心身ともに安定した生活につながることを学ぶ。  
家庭科では、栄養に関する学習を通して、いろいろな食べ物をバランスよく摂取することの大切さに気付くようにする。

#### 道徳・特活・総合

道徳では、「友情・信頼、助け合い」について学級全体で考えることによって、集団で運動に取り組むときの励ましあいや助け合いの気持ちをさらに高めていく。  
児童会活動の「運動委員会」では、縦割りグループを活用した長縄大会やドッジボール大会などを開催し、学級とは異なる集団の中で、下級生を思いやったり上級生の素晴らしさを感じ取ったりする機会としていく。

#### 課外活動

給食後に「歯磨きタイム」を行うことで、食後の時間にゆとりをもつとともに、自分の健康や友だちの様子について関心をもつことができるようにする。  
学校保健委員会で、食育を通じた健康に関する話題を取り上げ、健康に対する意識を高める。

## 平成27年度 美しが丘西小学校 体力向上1校1実践運動

＜名 称＞ B→なわタイム

＜ねらい＞ 継続的に長縄跳びに取り組むことで、体力の向上を図るとともに友だちと力を合わせる楽しさや喜びを感じられるようにする。

＜内 容＞ 休み時間を活用した外遊びの推進＝長縄跳び

●指 標：生活実態調査「運動やスポーツの実施状況」「一日の運動・スポーツの実施時間」