

横浜市立深谷中学校 平成31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
「健康・自主・実践・愛」	主体的に学ぶ力 自分づくりに関する力 言語能力

(2) 中期取組目標

中期取組目標
<p>○「チーム深谷」として全教職員で協働して活力と魅力のある学校づくりを目指します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習の基礎基本の確実な定着とともに「見通す・振り返る・つなげる」学習活動を計画的に取り入れ、生徒が主体的に取り組む授業の実践を目指します。 ・授業や様々な行事、自治的活動等を通して、生徒の自己肯定感を高め、協働協力する態度を育みます。 ・あいさつの奨励や規範意識を高め、思いやりと福祉の心、物事の善悪を正しく判断する心を育みます。 ・地域の人との関りや多様な環境から学ぶ機会を通して、子どもの豊かな成長を支えるとともに家庭、地域との連携を推進します。 ・Fph 理念を浸透させ、望ましい人間関係を築いていこうとする自主的、実践的な態度を育みます。

(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	①一校一実践運動の「ソーラン節」を通して体力向上を図る。 ②外部機関（ヘルスメイト）と連携し、食育指導の充実を図る。 ③関係機関と連携し、喫煙・飲酒・薬物乱用の防止に関する教育の充実を図る。
担当	保健安全 食育推進委

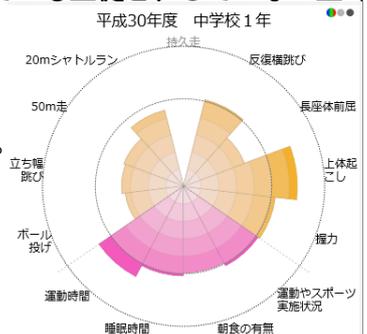
2 体育・健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

- ・新体力テストの結果をみると、全国平均や市平均に比べ下回る傾向がある。
- ・朝食の摂取量は高く、昼食に手作りの弁当を持ってくる生徒の割合は高い。ただし、夜遅くまで塾や習い事に通う生徒も多く、生活リズムが乱れている生徒も少なくない。
- ・保健体育の授業には意欲的に取り組む生徒が多い。授業でも向上心をもって積極的に活動する様子が見られる。ただし、ゲーム的な單元では意欲が高いが、個人種目は苦手意識を持つ生徒が多い。
- ・運動部に入部している割合も比較的高い。運動量は日常的に運動をしている生徒と、していない生徒の差が激しく、体力や筋力などに差がみられる。

(2) 体力の概要と要因の分析

新体力テストの結果から、上体起こしが平均より大幅に高いことがわかる。反復横跳びと握力は平均とほぼ変わらず。その他については、平均を下回る結果となった。特に、50m走、立ち幅跳び、ボール投げ、長座体前屈に関しては、大きく下回る結果となっている。脚力が低い可能性が見られる。ボール投げに関しては、腕力だけではなく、合理的な運動の仕方を解らない生徒が多くみられる。



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》

＜保健体育科での取組＞

- ・保健体育科では、体づくり運動・表現運動・球技に重点を置き、基礎体力を土台にさらに課題解決の手立てを理解できるようにする。
- ・体づくり運動・表現運動では、「全校ソーラン節」の取組を通じて、力強い動きやダイナミックな表現力、息を合わせて全校で息を合わせて踊る協調性などを実感させる。〈体力向上1校1実践運動〉
- ・保健の分野では、自分の生活環境に当てはめ、問題意識や課題を持てるような投げかけをしていく。

＜他教科での取組＞

- ・家庭科では食育を通じて健康な体と食の密接な関わりについて学ぶ。
- ・理科では、体の仕組みや環境についての理解を深める。

道徳・特活・総合

- ・体育祭では、保健体育科で培った資質能力を発展させながら集団的な体育活動への関心・意欲を育てる。また、「大縄跳び」への取組を委員会から投げかけ、実践する力を育てる。
- ・球技大会に向けて、昼休みの練習に自主的に取り組めるように委員会・係から投げかけ、実践する力を育てる。
- ・昼休みのボールの貸し出しと、生徒への外遊びの推進を行う。
- ・清掃活動や学級活動を通じ、環境整備や健康・安全についての実践活動を進めていく。

課外活動

- ・地域行事への参加を行う。（ソーラン節演技披露）
- ・運動部活動の推進
- ・学校保健委員会において、健康の保持増進に関する取組を推進する。

平成31年度 深谷中学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 全校ソーラン節の取組

《ねらい》 体力・協調性の向上

《内容》 保健体育の表現運動でソーラン節を行い、力強い動きやダイナミックな表現力、息を合わせて全校で息を合わせて踊る協調性などを実感させる。
体育祭や地域のボランティアの参加し、仲間と共に運動を行う楽しさを味わう。

- 指標：
- ①行事後の振り返り 「事前取組」「満足度、達成度」
 - ②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。