

横浜市立上郷中学校 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 | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>*「わかる」「できる」「楽しい」授業づくりを推進し、学力の向上を図ります</p> <p>*生徒一人ひとりを徹底的に大切する、きめ細やかな指導を継続し、学校が生き生きと過ごせる場となるようにします。</p> <p>*家庭・地域・小中一貫教育推進ブロックとの絆を深め、共に学び、共に育つ学校づくりを推進します。</p> <p>*生徒と職員・保護者と職員・地域と職員そして職員同士の信頼関係を深め、活気ある学校づくりを推進します。</p> <p>*統合により学区が広がり、関わる地域も広がったが、引き続き地域に根差した愛される学校を目指します。</p> | |

(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 |
|--------|-------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 担当 | 健やかな体 | 心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と実践を通して、運動に親しむ資質や能力を育てる。 | 健康診断やスポーツテスト、学校保健委員会等の活用による健康で安全な生活や規則正しい食生活を通じた健やかな心と体の育成。 |
| | 保健体育科・保健指導部 | | |

2 体育健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

- ・運動部の加入率は、約70%であるが、女子の半数近くがあまりからだを動かしていない状況である。
- ・全体的に体を動かすことが好きな生徒が多いが、きついことや苦しいことを避ける傾向にある。
- ・朝食の摂取率が高く、食習慣がしっかり身につけている生徒が多い。

(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）

- ・新体力テストの結果から、全学年ほとんどの項目が全国平均・県平均と同等の記録が出ていて、バランスも良い。しかし、20mシャトルランについては、全国平均より記録の下回る学年が多い。体力の低さについては、運動習慣が多い生徒と少ない生徒の二極化が影響しているものと思われる。

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》

- ・スポーツの楽しさを実感し、生涯にわたって運動に親しむ態度を育てる。
- ・自ら進んで健康な心と体を向上させる態度を育てる。
- ・自分の良さや可能性を肯定的にとらえ、仲間と助け合い。

《他教科での取組》

- ・理科：生物、環境教育との関連を図る。
- ・家庭科：食育との関連を図る。

道徳・特活・総合

- ・新体力テスト
- ・体育祭
- ・学年球技大会
- ・校外学習
- ・身体計測
- ・健康診断

課外活動

- ・運動部活動の推進
- ・昼休みボールの貸し出し
- ・大縄とびの推進

平成28年度 上郷中学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 新体力テストの結果の分析と考察

《ねらい》 生徒の体力の現状を把握。向上させるべき体力の項目の明確化。
保護者・生徒が体力を高める方法を知ることでの運動習慣の改善。

《内容》 ○ 新体力テストの実施
○ 新体力テスト全国・市の平均と本校生徒の比較・分析
○ 向上させる項目の明確化
○ トレーニング方法の考案・導入
○ 結果を学校だよりに掲載し地域や家庭への公開

● 指標： ①行事後の振り返り 「事前取組」「満足度」
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。