

体育・健康プラン

横浜市立上の宮中学校 体育・健康プラン

【上の宮中学校 学校教育目標】

私たちは

- 生涯学び続けることができる人 (知)
 - 何事にも努力し実行できる人 (徳)
 - 自他の生命を大切にし心身の健康な人 (体)
 - 「まち」から学び、社会に貢献できる人 (公)
 - 自他を認め合い、共生できる人 (開)
- を育てます。

上の宮中学校 児童生徒の体育・健康面の姿

- ・保健体育への関心が高く、体を動かすことが好きな生徒が多い。
- ・休み時間には、校庭などで遊ぶ光景が多く見られる。
- ・新体カテストの結果は、全国平均を下回っている。

＜上の宮中学校 体育・健康に関する指導の目標・方針＞

- ◎運動や健康・安全への関心を高め、意欲的に取り組む力を育てます。
- ◎生涯を通して、運動や健康・安全について考え、工夫して生活できる力を育てます。
- ◎生涯にわたってスポーツに親しむための技能や体力の向上を図ることができる力を育てます。
- ◎生涯にわたってスポーツに親しむための知識・理解を高める力を育てます。

教科

《保健体育科での取組》

- ・各種目において学習カードを使い、課題発見・課題解決の力を、自己評価・相互評価の力を伸ばす。
- ・種目に応じて技能ドリルを実施している。
- ・集団としての秩序を保つため集団行動を行っている。

その他の活動

- ・体育祭では、保健体育科で培った資質能力をさらに発展させ、教育活動の発表の場としている。
- ・学校保健委員会では、全校生徒から食についてのアンケートをとり、その結果を考察し、栄養について考えている。

《体力向上1校1実践運動》

- ・保健体育科では、毎時間の準備運動としてランニング・ストレッチ・筋力トレーニング・なわとびを行い、基礎体力の向上を図る。

- ・運動部活動の推進
- ・昼休みのボール貸し出しによる外遊びの推進

【参考】学習指導要領総則

「学校における体育・健康に関する指導は、児童（生徒）の発達段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする」