

横浜市立南が丘中学校 令和元年度 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
○生徒一人ひとりの生徒理解に努め、心の通い合う支援や指導ができる体制づくりに努めます。 ○個に応じた指導を充実し、授業力の向上を図りながら、学力の向上につなげます。 ○学校行事、学年行事、生徒会活動等の生徒自らの企画と実践を通して、生徒一人ひとりが所属感や達成感を育み、お互いを認め合い、協調することの大切さを考える態度を育てます。 ○全教職員が学校経営に主体的に参加し、「活力」「魅力」ある学校づくりを推進します。

(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	生徒一人ひとりが運動や健康・安全についての理解を深め、実践を通して、運動に親しむ資質や能力を育てます。	①新体力テストの結果の考察を活かし、諸行事で生徒の体力向上を目指す。 ②規則正しい生活が送れるよう、各家庭との連携を深め、生活習慣の改善をさらに進める。
担当	保健体育科	

2 体育健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

- ・体を動かすことが好きな生徒が多く、多くの生徒が運動部へ加入しています。また、部活動に入部していない生徒でも、地域でのクラブ活動（サッカー、野球、ダンス、武道など）に参加している生徒もいます。逆に日常的に運動を行う習慣のない生徒もいるのが現状です。
- ・塾等に通うため、就寝時間は短いものの、基本的な生活リズムが整っている家庭が多く、朝食の欠食や始業時間の遅刻が少ないです。

(2) 体力の概要と要因の分析

- ・新体力テストの結果から
1年生においては、全ての種目の数値が男女とも県及び全国平均値に比べるとやや低めでした。
2年生においては、反復横とび、ハンドボール投げの値が、県及び全国平均値に比べるとやや低めでした。
3年生においては、ハンドボール投げ、長座体前屈の値が、県及び全国平均値に比べるとやや低めでした。
総合的に、B、C評価の割合が高く、A評価の生徒が少なくなっているように感じます。
- ・運動部や地域クラブチーム等に所属していない生徒の、日常における運動離れが深刻化していると言えます。

3 体育・健康に関する具体的取組

教科

《保健体育科での取組》

- ・集合や整列、話を聞く姿勢など集団で安全に学習をすすめるために必要な集団行動に力を入れています。
- ・授業を通して、礼法や安全に対する心構え、相手を尊重する態度を育てます。
- ・授業のはじめにランニング（約1 km）、筋トレをし、持久力や筋力の向上を図っています。

《他教科での取組》

- ・家庭科では、健康を保つためのよりよい食生活について学習し、実践力を育てます。
- ・理科では生命を維持する働きについて学習し、自分の体に関する意識を高めます。

道徳・特活・総合

- ・全領域において、元気よくさわやかな挨拶ができる生徒の育成を行っています。
- ・体育祭では、『創造と協力・健康的な体と心』をテーマに、よさこいソーランを演じます。
- ・体育祭では、クラス対抗の大縄跳びを実践し、日頃の練習の成果を競い合います。
- ・学校カウンセラーによる、健康な心の在り方についての講演会を行っています。
- ・7月～9月の間は体操着で過ごし、暑さ対策を行っています。

課外活動

- ・運動部活動の推進
- ・学校保健成人委員会において、健康の保持増進に関する取り組みの推進

平成 31 年度 南が丘中学校 体力向上1校1実践運動

《名 称》 体育祭の充実

《ねらい》 運動機会の確保

協力して学び合う姿勢の育成

集団行動の実践

《内 容》 体育祭実行委員を中心に体育祭を運営し、内容と取り組みの充実を図る。

自他の健康・安全に気を配りながら運動の楽しさを味わわせ、体力の向上を図る。

●指 標： 行事後の振り返り（ワークシート）