

平成28年度 岡野中学校『体育・健康プラン』

1 体育健康プランの概要

【中期学校経営方針「健やかな体」達成目標】

- ◎生徒一人ひとりが運動や健康・安全について理解と実践を通して、運動に親しむ資質や能力を育てます
- ◎生涯を通して自らの健康の大切さを認識し、健康的なライフプランを設計できる資質や能力も育てます

岡野中学校 生徒の体育・健康面の現状（27年度参考）

- 「身長」「体重」などの体格面は、昨年度と同様に男女とも全国平均とほぼ同じ水準である。
- 朝食の摂取率は、比較的高く「98%」であるが、まったく食べない生徒も各学年に1～2名はいる。
- 睡眠時間については「6時間以上の睡眠」を取っている生徒が「90%」で比較的充実している。
- 運動部への加入率は、「78%」であるが、吹奏楽部、和太鼓部への加入も多く部活加入率は比較的高い。
- 新体力テストの結果は、持久走と反復横とびの種目において全学年、男女共に全国平均を下回っている。

<体育・健康に関する指導の目的・方針>

- 【健康・安全】 生徒個々の健康・安全の保持・増進ならびに、集団生活において健康で安全な生活を営むことができるような態度・能力を養う
- 【体育】 生涯を通じて、自らの健康の大切さを認識し、健康的なライフスタイルを確立できるようにする。

教科

- ・体育科では新体力テストの自己分析をし、自己課題設定をさせ、授業時準備運動等で実践している。後期も測定を行い4月からの自己振り返りを行う。
- ・家庭科では、栄養・食事関係のところで食生活について自己の振り返りを行う。

道徳・特活・総合

- ・体育祭委員会で、【大縄跳び】の種目を取り入れ、体育祭、学年レク大会等の種目として、学校全体で取り組みを行う。（6年目）
- ・全校・学年別等で、一斉授業として保健安全指導の授業を行う（学活・道徳）

課外活動

- ・学校保健委員会で食事をテーマに生活習慣を振り返り、食生活改善を促す取り組みをする。
- ・運動部の活動推進の一環として、小学校と連携を図った取り組みをする。（小中連携）

2 体力向上1校1実践運動について

(1) 体力向上1校1実践の概要

平成28年度 岡野中学校 体力向上1校1実践運動

- 《名称》：全校で取り組む『大縄跳び』
- 《ねらい》：仲間と協力し体力向上の意識を高める。
- 《内容》：体育祭・学年レク等で、学級全員で団結して『大縄跳び』を行う

(2) 体力向上1校1実践の指標

- 指標：休み時間等を有効に使い、継続的に練習に取り組み、ベスト記録の更新に挑戦する