

横浜市立上瀬谷小学校 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
豊かな感性を養い共に生きる子・学び合う子・認め合う子・きたえ合う子	自分自身を高めていく力 <課題を発見する力><受け止める力><発信する力>

(2) 学校経営中期取組目標

学校経営中期取組目標
<p>○子ども一人ひとりを大切に、活力と笑顔あふれる学校にします。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個の学習状況を把握し、学ぶ楽しさを実感できる授業づくりを推進します。 ・問題解決的学習を意識して、子どもの表現を大切にしながら学力を向上させます。 ・一人ひとりが互いのよさを認め合い、自己有用感のある楽しい学校生活を過ごせるようにします。 ・健康な心身をつくるための生活習慣が形成できるようにします。 ・まちの「人」とのつながりや中学校との連携を意識し、豊かな体験を通して、地域全体で、まちを愛し活きる力のあふれる子どもを育てます。

(3) 体育・健康に関する指導の重点取組分野・具体的取組

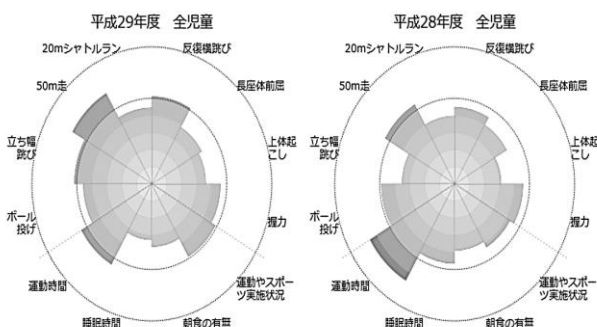
重点取組分野	具体的取組
健やかな体	<p>①「外遊び」をテーマに、体力増進や自身の体の健康状態について考え生活できる意識を育てる。体力アップタイム（体育集会、休み時間など）を設定し、持久走や縄跳びを中心に体力向上を図る。また、体力テストの結果等を保護者と共有するなど、家庭と連携した体力の向上、生活習慣の改善を図る。</p> <p>②安全でけがのない生活を送るために、自己の課題を見つけ、話し合い実践する態度を養う。</p>
担当	<p>体育部 保健部</p>

2 体育健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

- ・健康的な生活の面では、朝食の摂取状況として、睡眠不足で食欲がなかったり、食べる時間を十分確保できなかったりする児童が少なくない。
- ・学区は広く平坦で、30分以上歩いて登校する児童もいる。各所に公園など外遊びができる空間はあるが、うまく空間を活用できていない。
- ・保健室の利用状況においては、生活習慣の乱れが原因と考えられる児童の割合が高い。特に、頭痛・腹痛・だるさ等、複数の症状を訴える児童が目立つ。

(2) 体力の概要と要因の分析（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、50m走が全国平均、市平均を上回っているが、上体起こし、長座体前屈、20mシャトルランについては、下回る学年が多い。普段の学習から持久力を高める運動が不足しており、粘り強く運動に取り組む意欲が低いことも影響しているものと思われる。
- ・また、運動時間は平均以上だが、睡眠時間や朝食をとっていない児童の割合は低いことも、児童の体力に影響していると考えられる。

教科

《体育科・保健体育科での取組》

- ・体育科の授業では、子どもたちが楽しさや喜びを味わうことができる学習を展開していく。学年ごとに学習すべき内容をしっかりとおさえていくことができるに、教師自身が系統性を意識して指導していく。また、技能面と共に、子ども同士の学び合いにも視点をあて、関心意欲や試行判断の面も育てていく。

《他教科での取組》

- ・家庭科での食育教育、理科や総合での環境教育など、自分の生活と健康について関連づけて取り組みます。

道徳・特活・総合

- ・体験的な活動を重視し、全学年、畑で野菜の栽培・収穫をし、調理等を行う。食と健康について栄養士や養護教諭と連携をとり、バランス良く食べることの大切さを学習し、家庭でも実践できるようにします。
- ・道徳を通して、健康で安全な生活をする態度とともに、目標に向かって根気よく努力する態度を養います。
- ・代表委員会や学校保健委員会と連携し、各クラスでの、そして一人ひとりの体育健康目標をつくり、意識して生活できるようにしていきます。

課外活動

- ・体力アップタイムの設定（体力の向上）縄跳び、持久走
- ・外遊び（運動レク）
- ・健康会議（の推進）

令和元年度 上瀬谷小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 体育行事の充実

《ねらい》 運動機会の確保、教員の指導力向上

《内容》 体育的行事を運動委員会（児童・生徒）が企画・運営し、内容と取組の充実を図り、運動の楽しさを味わわせ、体力の向上を図る。

（行事例）体力アップタイム スポーツフェスティバル 体育集会

●指 標： ①行事後の振り返り 「事前取組」 「満足度」

②体力テストの結果からの重点項目の再評価

③運動やスポーツの実態調査