

「体育・健康プラン」

奈良の丘小学校 体育・健康プラン

1. 中期学校経営方針

(1) 学校経営中期取組目標

- 「だれもが」「安心して」「豊かに」活動できる学校にします
- いじめのない学校をめざし、予防的な対応・早期発見・早期対応に努めます。
 - 安全指導、施設設備点検の徹底し、学校事故の防止を図ります。
 - 教職員の専門性の向上を図ります。
 - 奈良のまちを知り、地域に貢献しようとする思いとまちを愛する心情を育てます。

(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

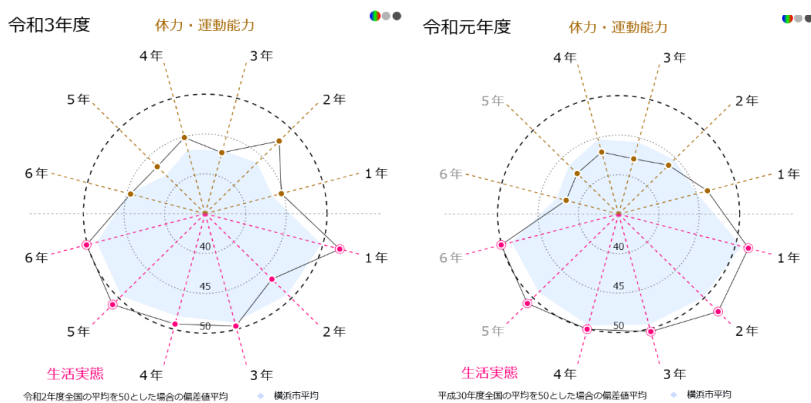
重点取組分野	具体的取り組み
健やかな体	①一校一実践運動に柔軟体操を取り入れ、年間を通して個々の柔軟性の向上をめざす。②日々、自分の体力の伸びを感じられるように、体力テストの項目を休み時間に計測できる環境を整え、体力の向上に対する意識を高める。③校医の先生を招いて、児童と共に目や耳、鼻の健康について考えていく。

2. 体育健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

- ・体力の低下や運動の二極化がみられる。
(日常生活における運動遊びや身体活動の減少。運動を好まず、身のこなしや運動場面での基本的な動作ができない。)
- ・朝食の摂取率は高い。
- ・高学年になるにつれて、睡眠時間が短くなる。
- ・保健室の利用状況は、朝から体調不良で利用する子もいる。
- ・休み明けに体調不良の子が多い。

(2) 体力の概要と要因の分析



コロナ禍により、運動する機会や時間が以前に比べて減っているという実態がある。全体としては、コロナ禍においても、体力・運動能力が大きく減少しているわけではない。

これまでの奈良の丘小の傾向としては運動時間や睡眠時間、朝食など、生活の実態としては、全国平均とほぼ同等の結果は得られている。しかし、体を動かす機会が増えても、それらがきちんと力の伸びにつながっていない。正しい動きや伸びを意識した指導につな

3. 体育科・健康に対する具体的取組

教科

《体育科・保健体育科での取組》

- ・運動の特性にふれながら、基本的な動きや技を身につけること。
- ・めあてを達成するため、見通しを持って段階的に取り組むこと。
- ・学習に対する見通しや自分に合っためあてをもち、意欲的に取り組むこと。
- ・学習に取り組む中で友だちと積極的に話し合ったり、かわったりしながら、自分のよさに気づき、それを自分の学習に取り入れることで、「やればできる」という有用感を感じる。

他領域での取り組み

- ・運動会
- ・縦割り活動（なかよし活動）
- ・特別活動
- ・健康診断
- ・ブラッシング指導

課外活動

- ・学校保健委員会を中心とした、全校での取り組み
- ・運動委員会による外遊びや体力アップを呼びかける集会の開催（長縄大会、持久走）
- ・給食委員会による給食週間の取り組み
- ・夏季水泳教室
- ・「健康手帳」を活用して体育健康に関する情報を家庭と共有
- ・保健便り・給食便りを発行し、体育健康に関する情報を家庭と共有
- ・保護者を対象とした給食試食会を開催
- ・月1回のロング中休みの実施（10：15～10：45）

令和4年度 奈良の丘小学校体力向上1校1実践運動

《名称》 柔軟体操で体力向上

《ねらい》 柔軟体操を継続的に行うことで運動の機会を確保し、児童の柔軟性の向上を目指す。

《内容》 朝学活や朝会の時間に、継続的に柔軟体操を行う機会を設け、柔軟性の向上を図る。

- 指標：①「ストレッチカード」の作成 以前との運動量の変化について

【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」