

# 横浜市立西が岡小学校 令和6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
自分大好き みんな大好き ひとみかがやく西が岡の子	<自主・自立の力> <自己有用感・豊かな心情> <社会・人との関わり・コミュニケーション・個性の伸長>

#### (2) 中期取組目標

中期取組目標
<ul style="list-style-type: none"><li>・進んで人のかかわりを合い大切にし(自立)、共に高め合うこと(協働)に視点を当てた教育活動を進め、「自分大好き」「みんな大好き」「ひとみかがやく西が岡の子」(学校教育目標スローガン)を育てます。</li><li>・自己肯定感や主体的な態度、思考力・判断力・表現力等の資質・能力を育成する授業に向けて、授業力向上に取り組めます。</li><li>・全教職員が学校運営に主体的に参加し、「子どもの未来のために」を合い言葉に、「活力」ある学校づくりを推進します。</li><li>・学校は家庭、地域、関係機関と連携を深め、学校運営協議会を活かした地域社会に開かれた学校づくりを進めます。</li></ul>

#### (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
健康教育	①子ども主体の運動会、集会や中休みを活用した体力向上の取組を計画し、運動の楽しさや喜びを感じられるようにする。②養護教諭と連携し、自他の心身の健康に関する指導を行い、望ましい生活習慣を身につけられるようにする。③栄養職員と連携して食に関する指導を行い、望ましい食習慣を身につけられるようにする。
担当	健康安全委員会

### 2 体育・健康に関する実態把握

#### (1) 体育・健康に関する実態

- ・市の平均に比べ、朝食の摂取率が高く、毎日食べている子どもがほとんどである。しかし、睡眠時間については、市平均を下回っている。
- ・運動時間は市平均程度であるが、よく体を動かして遊んでいる児童と、そうでない児童との二極化が見られ、休み時間には、学年が上がれば上がるほど室内遊びの割合が高く、外で体を遊ぶ割合が低くなる。
- ・運動会や長縄大会などの全校で取り組む行事は楽しみにしており、意欲的に取り組んでいる。計画的に運動に親しむ機会をつくり、体を動かす習慣をつくることにつなげていきたい。

#### (2) 体力の概要と要因の分析 (小学校は全校配付の体力・運動能力調査分析チャートを活用)

近年の新体力テストの結果を分析すると、どの学年(現2～6年生)多くの項目で市平均以上の記録が出ている。また、総合評価で見ても、すべての学年において、「A群」「B群」に属する割合が、市平均と比べても多い。コロナ禍で運動に対する制限がある厳しい状況だったが、外遊びを励行したり、運動の仕方を工夫しながら体育学習の充実を図ってきたりした成果が少しずつ表れている。しかし、長座体前屈や上体起こしでは市平均を下回っている学年が複数ある。筋力や柔軟性に課題があり、これらの力を伸ばす取り組みを計画、実践していくことで、さらに学校全体の運動能力の底上げにつながると考える。

### 3 体育・健康に関する具体的取組

#### 教科

##### 《体育科の取組》

健康な生活を実践する態度、自己の健康のために主体的に課題解決する力を育む

- ・子どもが運動の特性に触れた楽しさを実感し、仲間との対話による課題解決や学習資料の活用による主体的に取り組む体育科の授業展開の工夫
- ・養護教諭や栄養職員による、子どもたちの生活や他教科等の学習との関連を図った取組の工夫

##### 《他教科での取組》

心身の健康な生活を実践する態度を育む

- ・「正直、誠実」の重視による、「誠実に、明るく心で生活しようとする」態度の育成を目指した道徳の授業づくり

#### 特別活動・総合的な学習の時間

規則正しい生活をしようとする態度、進んで運動しようとする態度を育む

- ・保健委員会による「けがゼロ」を合言葉にした取組
- ・体育委員会と集会委員会の連携による運動集会での運動機会の提供
- ・学校医、養護教諭、栄養職員による指導などによる自分の生活の状況を見つめ、学んだことを実践できる力を育む特別活動の授業づくり
- ・子ども一人ひとりが目標をもって取り組み、体力、健康に関する課題を解決しながら進める運動会づくり

#### 課外活動

- ・健全な食生活を営む態度を育むために、給食の時間を活用し、栄養など食に関する指導を行う。
- ・各学級が実践的に取り組めるようにするために、学校保健委員会で生活習慣に関するテーマを設定する。
- ・体力テストの結果等を共有し、家庭と連携を図るために、個人面談等を利用して保護者と話し合う。

### 令和6年度 西が岡小学校 体力向上1校1実践運動

《名 称》 西小体力アップ大作戦（児童会活動を中心とした子ども主体の取組）

《ねらい》 子ども主体による体育・健康に関する活動を日常的に位置付けて取り組むことで、子どもが生涯を通じて運動を日常生活の中に積極的に取り入れようとする態度を育成する。

《内 容》

- ・運動機会確保への取組、規則正しい生活習慣への取組を、児童会活動による子ども主体の取組で進める。
- ・体育委員会 前期：ドッジボール大会  
後期：長縄大会、短縄月間
- ・保健委員会 「けがゼロ」の啓発、取組の推進
- ・「すこやかカード」を作成、全校へ配付し、生活習慣の見直しと行動変容を促す。

●指 標： ①生活実態調査「運動やスポーツの実施状況」「睡眠時間」「朝食摂取状況」「1日の運動・スポーツの実施時間」  
②市学力・学習状況調査の意識調査と子どもの活動の状況との分析