

# 横浜市立左近山学校 平成30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	
<b>夢がいっぱい左近山の子 ～仲間とともに まちとともに 未来とともに～</b>	
知	・自ら課題を見つけ、進んで学び、課題解決に向けて粘り強く取り組む子を育てます。
徳	・相手の気持ちを考えて、きまりを守って行動できる子を育てます。
体	・すべての命を大切に、健やかな生活を心がける子を育てます。
公	・まちに進んで親しみ、地域の一員として生活する子を育てます。
開	・変化する社会の中でコミュニケーションを大切にしながら、視野を広げ、自分らしく生きていく子を育てます。

#### (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

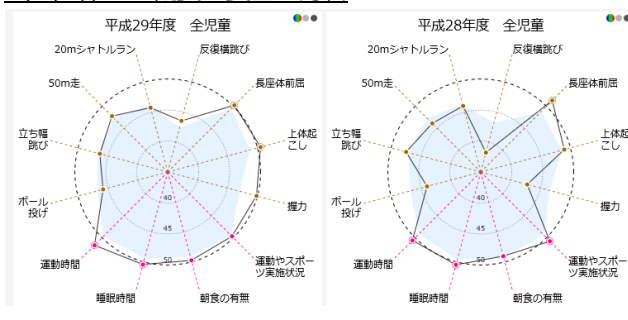
重点取組分野	取組目標	具体的取組
健やかな体	子どもの体育・健康面の姿から課題を明確にし、体育科の授業と1校1実践運動を中心としながら、教育活動全体を通して健やかな体の育成を目指す。	①新体力テストや独自指標等の結果をもとにした、 <b>体力向上1校1実践運動の改善</b> を図る。(体力アップタイム、フレッシュモーニングタイム、休み時間の活用、常に遊べる環境づくり、特別スポーツクラブ) ②新体力テストの結果等を保護者と共有するなど、 <b>家庭や地域と連携</b> して体力の向上、生活習慣の改善を図る。 ③校内研修による体育科の授業改善を図る。
担当	体力向上委員会	

### 2 体育健康に関する実態把握

#### (1) 体育・健康に関する実態

- 新体力テストの結果をみると、ほとんどの種目・学年において全国平均及び市平均を下回る傾向にある。特に、「ソフトボール投げ」「反復横跳び」において平均を下回る児童が多い。
- 健康の状況（食・外遊びの状況など）  
偏食の激しい児童が各クラス2～5名いる。偏食をなくそうという意識が低いのが課題である。  
朝食は全体の80%～90%が食べて登校している。食事の内容に課題がある児童が多い。  
休み時間校庭で体を動かして遊ぶ児童が少ない。よく体を動かして遊ぶ児童とそうでない児童の二極化が見られる。
- 各種健康診断の結果  
【体 格】市平均とほぼ同じか少し下の数値になっている。特に体重は平均より少ない傾向にある。  
【眼 科】年々低視力児童が増えている。 【耳鼻科】アレルギー疾患を有する児童が多い。  
【歯 科】虫歯の治療率は高く、保有率もあまり高くない。
- 保健室の利用状況や給食指導の実態・給食の残菜など  
【保健室利用状況】ごく一般的な利用数。  
【給食指導】好きな食べ物は残さず食べるが、苦手な食べ物は残が多い。魚やみそ汁などの和食が多く残る。
- 子どもの健康に対する知識の獲得状況  
保健学習、保健指導で学んでいるが、なかなか実践できていない状況がある。理解はしているができないことが多い。
- 地域で活発に行われているスポーツ  
地域の水泳クラブは様々な大会でも良い成績を残す名門であり、本校児童も多数通っている。地域には、野球、ソフトボール、サッカー、バスケットボール、剣道、空手、ダンスなど様々なクラブがあり、所属している児童が多数いる。

#### (2) 体力の概要と要因の分析



新体力テストの結果から、ほとんどの項目が全国平均、市平均を下回っている。特に、ソフトボール投げ、反復横跳び、については、平均を下回る児童が多い。  
投能力については、運動経験の少なさが影響しているものと思われる。握力や立幅跳び、反復横跳び、50m走、立幅跳び、ソフトボール投げは28年度から29年度にかけて上昇傾向にある。一校一実践運動の成果と考えられる。引き続き、運動機会を増やして、どの項目の体力も高めていきたい。

### 3 体育・健康に関する具体的取組

#### 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られるようにする。
- めあてを達成するために、見通しをもって段階的な取り組みができるようにする。
- 学習に対する見通しをもって、自分にあっためあてをもち、意欲的に学習に取り組めるようにする。
- 運動の楽しさやできる喜びを実感し、運動の日常化につなげられるようにする。
- 学習に取り組む中で友達と積極的に話し合ったり、かかわったりしながら、自分や友達のよさに気付けるようにする。
- 健康に過ごすための正しい知識を身につけ、日常生活へ生かし、健康で安全な生活を営めるようにする。

##### 《他教科での取組》

- 家庭では栄養バランスのよい食事や豊かな生活をするための過ごし方について学び、日常生活に生かせるようにする。

#### 道徳・特活（行事）・総合

- 運動会では、体育学習で培った資質能力を発表する。そのために、運動会に向けて目標をもって友達と協力しながら活動できるようにする。そして、目標達成や成功の喜びを味わえるようにする。
- 新体力テストでは、現時点の自分の体力を知り、それについて考え、目標をもって努力する姿勢を育てられるようにする。
- 体育大会では、仲間と共に運動を楽しみ、積極的にコミュニケーションがとれるようにする。
- 球技大会では、仲間と一つになって目標に向かって努力し、規則正しい生活習慣の中で運動の楽しさや喜びを感じ、逞しい身体をつくっていくできるようにする。
- 児童が規則正しい生活習慣を身につけ、運動を楽しみながら技能を高め、運動に親しんでいけるよう委員会の活動を充実させる。

#### 課外活動

- 学校保健委員会の取組
- 球技大会前の特別練習
- 体育大会前の特別練習
- 水泳大会前の特別水泳クラブ
- 夏季水泳教室
- 体力向上1校1実践運動（下記参照）
- 特設サッカークラブ
- 特設バスケットボールクラブ

### 平成30年度 左近山小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 体力向上プロジェクト

《ねらい》 運動する環境（時間・空間・仲間）を確保し、運動意欲の高まりから体力向上を目指す

《内容》 体育科授業の質を高めるのはもちろん、業間の時間の充実を図る。

始業前	朝休み	スキルタイム (朝会・集会の時間)	休み時間	その他
特設スポーツクラブ (サッカー&バスケ&野球)	フレッシュモニングタイム (持久走&短縄)	体力アップタイム (長縄8の字結び)	休み時間活用	常に遊べる環境作り
4～6年生の希望参加	全学年 希望参加	全学年 必修参加	全学年 希望参加	自由に活用
サッカー・バスケットボールなどの球技を行う環境が乏しく、そのような運動ができる環境をつくった。運動の二極化の解消もねらっている。	持久力があまり高くない本校の実態より、朝休み中(8:05～8:10)の5分間で音楽をかけ、その間、体を動かす時間を設ける。(現在は校庭を走る・歩く。)	体育の時間以外でも、全員が1週間に1回は必ず運動をすること、課題である巧緻性を少しでも高められることを目的として、ペア学年で長縄をしている。	中休みに週に1日、順番で各学年に体育館を開放した。また、運動委員会がたてわり班対抗ドッチビー大会などを開催した。これは、遊びながら体力を高めることを目的としている。	自然と体を動かしたくなるような環境を作るために、学校敷地内の歩道に、いろいろな線をかき、子どもが自由に遊べるような場づくりをする。

- 指 標： ①新体力テストの結果から検証する。（市平均を上回る人数の経年変化に着目。）  
 ②生活実態調査から検証する。  
 ③体育科基本調査から検証する。