

横浜市立相武山学校 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) 学校経営中期取組目標

学校経営中期取組目標
<p>○教育理念・学校教育目標の実現に向けて、人権尊重の精神を基盤とした、子どもたちが安心して心豊かに過ごせる学校づくりをします</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どの子も参加できていると感じることのできる「自分ごととして課題を把握する」「すすんで自力解決する」「友達と協働して学びを深める」授業づくりをします。 ・どの子にとっても安心して通える、自分が大切にされていると感じる学びの環境づくりを行います。 ・家庭や地域、関係機関、幼保中高と連携し、社会の信頼に応える、まちの中での子ども育てを進めます。 ・全職員が主体的に参加し、互いに学び続ける学校運営・組織づくりを行います。

(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	具体的取組
健やかな体	<p>①様々な機会を通して自分の体について知り、健康管理できるよう、家庭と連携しながら、生活習慣を整えられるようにする。</p> <p>②体を動かして遊ぶことを推奨し、体育や集会などを通して、運動に慣れ親しみ体力の向上を図る。</p>
担当	健康教育部

2 体育健康に関する実態把握

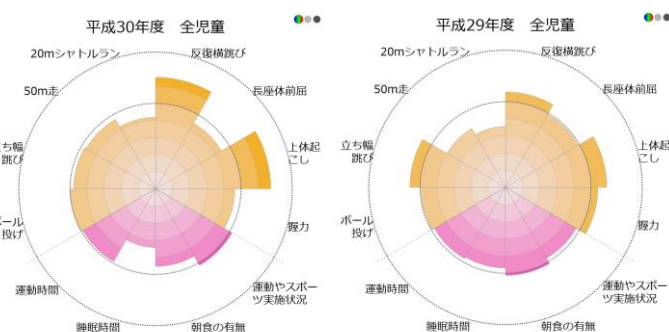
(1) 体育・健康に関する実態

- ・地域に外遊びができる公園や運動できる施設はあるものの、日常的に体を動かす児童とそうでない児童とで二極化している部分がある。ただ、全体として体を動かすことは好きな傾向にある。
- ・1校1実践運動の短縄・長縄は、楽しみながら取り組んでいる。
- ・保健委員会が手洗いポスター・歌の紹介・ブラックライトを使った手洗い実験、手洗い、うがいマスター活動、口呼吸・鼻呼吸の調査・呼吸法・質の良い睡眠法・ストレッチ・ヨガなどを学んだりして、健康への知識・理解・技能が深まった。

(2) 体力の概要と要因の分析

体力テストの結果から、50m走・20mシャトルランといった、走の項目が昨年度より向上した。また、反復横跳びや上体起こしなど、運動委員会主催で練習を行っている項目は市平均を大きく超えている。

運動時間、朝食の有無、スポーツの実施の項目については、昨年度と大きく変動はないが、睡眠時間の項目は昨年度よりも低下している。



教科

《体育科・保健体育科での取組》

- ・体育科・保健体育科では、短縄、長縄や帯のペース走を取り入れたり、運動量を増やしたりして体力の向上を図る。

高学年:活動を工夫して各種の運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにすると共に、その特性に応じた基本的な技能を身につけ体力を高める。

中学年:活動を工夫して、各種の運動を楽しくできるようにすると共に、その基本的な動きや技能を身につけ、体力を養う。

低学年:簡単なきまりや活動を工夫して、各種の運動を楽しくできるようにすると共に、その基本的な動きを身につけ、体力を養う。

《他教科での取組》

- ・自他の生命や生命のつながりについて考える「命の学習」を全学年が学習する。これまでの考えを振り返ることができるように、毎年、ファイリングする。

道徳・特活・総合

- ・運動会では、児童の発達段階を考慮し、体育科で培った資質能力をさらに進展させ、体育の教材を素材にした演技や競技の練習を通して、自己の体力に自信をもち、向上させようとする態度を身につけていく。また、演技や競技に積極的に参加して運動を楽しみ、自分の思いや願いを表しながら、相武山小学校の一員としての自覚をもつ。さらに、組織活動を通して、協力性・創造性を伸ばし、実践的態度を身につける。
- ・保健委員会では、児童生徒の健康面での課題をとらえ、学校保健会議のテーマとして一年間、取り組む。
- ・道徳では、自他の存在や生命を大切にし、認め合って生きていこうとする姿を育成する。

課外活動

- ・季節に合わせて、児童集会、長縄集会、短縄週間、相武山ストレッチなど目標を設定し、その実現に向けた体力の向上を目指す。
- ・さぶやまボランティアネットワークとの連携（親子スポレク、タグラグビー、港南区健康ランニング大会練習など）

令和元年度 相武山小学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 さぶやま短縄&長縄チャレンジ

《ねらい》 運動機会の確保、体力向上
運動の資質や能力を身につけるために、個々のめあてをもち、進んで考えたり工夫したりして運動に取り組む。健やかな心と体づくりに自らが関心をもつ。

《内容》 運動委員会を中心に長縄集会を計画し、クラスで決めた目標に向かって活動する。
短縄週間では、「なわとびカード」を活用して様々な技に取り組む。また、技の回数や時間にも目標をもって取り組めるようにする。その中で、運動の楽しさを感じながら体力の向上を図る。

(行事例) 前期：児童集会、長縄集会（1回目）、プレススポーツテスト

後期：運動会、長縄集会（2回目）、短縄集会・短縄週間・ペース走

●指標

- ①行事後の活動の振り返り
- ②体力テストの個人データ分析
- ③「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」による経年変化の比較及び生活実態調査