

横浜市立あざみ野中学校 令和7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
「自主・自律」	課題発見・解決能力

(2) 中期取組目標

中期取組目標
○「チームあざみ野」として全職員で「共有」「共感」「協働」を合言葉に「だれもが」「安心して」「豊かに」生活できる学校を目指します。 ・生徒を理解し、認め、励まし、一人ひとりを伸ばす教育を行います。 ・主体的・対話的で深い学びに通じる指導を充実するとともに、「分かる授業」「魅力ある授業」を実践します。 ・自己肯定感を高め、お互いに認め合う人間関係、思いやりのある心を育てます。 ・地域とのコミュニケーションを通して、信頼関係を深めていきます。

(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	①自分で決めて動くことによって、自らの健康管理についてもっと関心を持って生活できる生徒を育てる。また、けがの防止、安全防災について、学校全体の意識を高める。 ②家庭と連携し、規則正しい生活を送ろうとする姿勢を培うとともに、食育教室や眠育教室などを実施する。
担当	保健安全部 保健体育科

2 体育・健康に関する実態把握

・新体力テストについて

全国全市の平均値より高い項目が多く、全体的には高い水準で測定結果の横浜市目標値にほぼ達成することができている。項目にない運動の調整能力が少し低いようである。

・部活動について

運動部加入率が高く、どの部活動も体力の向上に大きく貢献している。

運動部とその他の部活、未加入者の体力差が大きいことも現状としてある。

・地域環境について

スポーツクラブなどに通う生徒も多く、運動に接する機会が多いが、学習にも積極的な家庭が多く、塾や家庭学習で公園遊びを幼少期から行っている時間は少ない。

・生徒の健康・生活

朝食の接種率は高いがバランスがあまりよくない状況である。全体的に睡眠不足傾向がある。

3 体育・健康に関する具体的取組

教科

保健体育科では体づくり運動の領域に重点を置き、特に巧みな動きを高めるための運動と動きを持続する能力を高める運動を重点的に取り組む。

- ・自分の体を知り、運動の原理を理解するとともに中学生の時期におけるスポーツ障害や怪我について主体的に予防や防止に取り組めるように指導する。

特別活動・総合的な学習の時間

体育祭では体育で培った能力を活用し、集団での運動や体育への取り組みの意識を高める。

課外活動

- ・部活動の推進を図り、多くの生徒が部活動を通して運動に親しむ環境を作る。また、文化部でもストレッチなど体づくりの運動を取り入れることで心身ともに健康的な活動を行えるようにする。
- ・体育や健康、けがの防止についての職員研修を充実させ、全職員で共通理解を図るようとする。
- ・保健委員会、体育祭委員会など職員の委員会が横断的に協力し、体育、健康の増進に努める。

令和6年度 あざみ野中学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 あざみ野っ子 健康アップ大作戦

《ねらい》 「体力向上と調整力の向上」

《内容》

- ・毎回の授業においてランニングとトレーニングに取り組み、継続的に体力、筋力を高めるようにする。
- ・いろいろな競技に触れ、その楽しさを理解することで生涯的に運動に親しむ姿勢を築き、主体的に自らにあった運動を選び実践する力を身につけさせる。

- 指標：
- ①生活実態調査
 - ②市学力・学習状況調査の意識調査