

横浜市立いずみ野学校 平成31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
校訓「心身の健康」「創造的なとりくみ」「誠実な態度」 ～生命・自然を畏敬し、地域社会の中で人とともに成長する生徒を育てます～ 【知】自ら学び自ら考える生徒 【徳】自らを律し行動する生徒 【体】情操豊かで心身ともに健康な生徒 【公】他者を愛し地域社会に貢献する生徒 【開】多様性を尊重し多角的に物事を判断する生徒	○自ら学び、考え、行動する力 ○自尊感情を高め、自信を持って生きていく力 ○心身共に健康で、たくましく生きる力 ○多様性を尊重し、進んで人と関われる力

(2) 中期取組目標

中期取組目標
○チームいずみ野として、生徒・職員共に一人ひとりを大切にする学校を目指します。 ・個に応じた指導を充実すると共に、わかる授業の実践を目指します。 ・一人ひとりが自己有用感をもち、自他を認め、安心して楽しい学校生活を目指します。 ・基本的生活習慣を身に付け、健康な心身を常に心掛ける生徒を育成します。 ・コミュニケーションを大切にし、多様性を認め、自ら行動できる生徒を育成します。 ・キャリア教育を充実させ、地域社会に貢献出来る力を育てます。

(3) 体育・健康に関する指導の重点取組分野・具体的取組

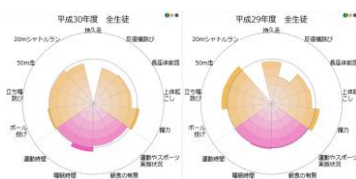
重点取組分野	具体的取組
健やかな体	①調査の結果を通して自分自身の体力を知り、自分の体力向上のためにやるべき目標を定め、授業や日常生活の中で日々実践する ②毎朝、行事前の健康観察等を通し、生徒自身が自分の健康に目を向け、考えられるようにする。
担当	保健指導部 体育科

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では、「持久走」「反復横跳び」「上体おこし」「長座体前屈」が横浜市平均から下回っている。また、体育の授業以外で体を動かしている生徒が少ない傾向にある。
- ・保健室の利用状況（傷病の状況）は、心の不安定さから来室する子どもが多く、養護教諭や専任教諭が対応に追われている。

(2) 体力の概要と要因の分析



新体力テストの結果から、反復横跳び、長座体前屈、上体おこし、持久走において特に改善の余地が見られる。保健体育の授業の中でも、持久力を高めるトレーニング、ストレッチなどを計画的に行うとともに、日々の体を動かす機会を増やす努力をしていくことが必要になっている。

3 体育・健康に関する具体的取組

教科

《保健体育科での取組》

- 保健体育科では、新体力テストで自己の体力を知り、自己の課題克服のため、柔軟性を高める運動を準備運動に取り入れていきます。
- 集団行動の学習を通して、集団に一員として責任ある行動する意識を高めます。

《他教科での取組》

- 技術家庭科では、栄養・食事との単元で、食生活について学習します。
- 理科では生物、環境教育との関連を図ります。

特別活動・総合的な学習の時間

- 新体力テストで自己の体力を知り、健康な生活を送るための一助とします。
- 学級委員会では、学年で体育的な行事を企画・運営し、健康の保持・増進のために実施します。
- 体育祭では、積み重ねが必要な集団競技を通して、仲間との関わりや学びの態度を育成します。
- 保健委員会では、生徒の健康面での課題を把握し、より良い生活をするための改善策や生活習慣について周知に努めます。

課外活動

- 運動部活動の推進と、健康・安全に活動するための安全指導を行います。
- 学校保健委員会（PTA）と保健委員会がタイアップして、食育や生徒の健康の保持・増進に関する取組をします。
- 昼休みにボール貸し出し（学級委員会）を積極的に行い、運動に対する興味・関心を高めます。

平成31年度 横浜市立いずみ野中学校 体力向上1校1実

《名 称》 運動を習慣化しよう !!

《ねらい》 個々の生徒の実態を把握し、学校生活でのさまざまな場面での体力と柔軟性の向上をめざし、取り組みます。

《内 容》

《体育の授業における取組》

- 持久力、瞬発力の向上のため、体育の授業時に、準備運動の一環として、ランニング（グラウンド2周、体育館3周）とストレッチが腹筋、腕立て伏せを全員が行ってから授業を開始します。

《委員会活動における取組》

- **体育祭実行委員会**
- 個人選択種目で、走運動を多く取り入れた種目（徒競走、800m走、1000m走）を多く取り入れ、全体種目においても、リレーや走ることについての興味、意識付けを行います。また、学年種目においても学級全員リレー等、協力、団結をテーマとした種目を選択しています。

• **保健委員会**

- 学校保健委員会（PTA）とタイアップして、食育や生徒の健康の保持・増進に関する取組をします。

• **学年委員会**

- 昼休みにボール（バレーボール、サッカーボール、バスケットボール）を貸し出し、グラウンドや中庭での運動やボール遊びをする機会を増やし運動の習慣化をはかります。また、学年の球技大会を企画・運営し、みんなで行う運動の楽しさを体感します。

《その他》

- 安全な体力づくりに関する職員研修の充実をはかります。

● **指 標** : ① 年度末後の振り返り

② 行事後の振り返り 「事前取組」「満足度」

③ 次年度の新体力テストでの検証。