

横浜市立寛政中学校 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
・基本的な生活習慣を身に付け、健康に生きようとする生徒を育てます。	・基礎学力・規範意識・協調性

(2) 中期取組目標

中期取組目標
<p>○「すべての教育活動を生徒の成長と将来の幸福のために」を基本理念とした学校づくりを目指します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生徒一人ひとりの個性や資質・能力を理解し、その伸長を図ることに努め、誰もが安全に安心して心豊かに生活し、寛政中学校の生徒として誇りをもてるような学校づくりを進めます。 ・生徒が学び育つための教育活動の展開や教育環境づくりに努め、生徒や保護者、地域社会の要請や信頼に誠実に答える姿勢を大切にし、加えて家庭や地域とのよりよい連携や協働を生かして学校づくりを進めます。 ・教職員一人ひとりが自らの特性や能力を生かすとともに、相互の連携や協力により一人ひとりの教育力を発揮する方向性を揃え、有機的に機能する組織を大切にして学校づくりを進めます。

(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授業、体育的行事、運動系部活動等を通して、スポーツの楽しさを味わい、意欲的に体力の増進に取り組む生徒を育成する。
担当 保健安全指導部	②生徒の基本的な生活習慣・食習慣の確立を図るための指導を工夫するとともに、保護者への啓発活動も行う。

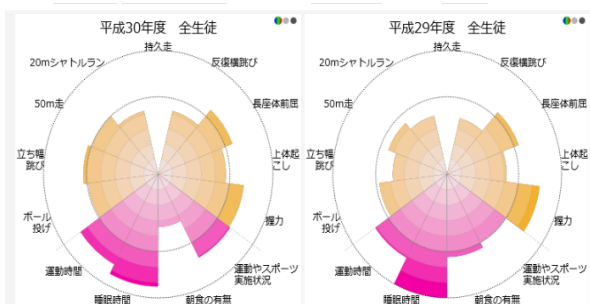
2 体育・健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

- ・運動を行う時間は市平均より上だが、良く体動かす生徒がいる一方で全く体を動かさない生徒も多数いる。
- ・定期健康診断の結果によると、身長、体重とも市平均並みである。
- ・睡眠時間、運動時間は市平均よりも高く、基本的な生活習慣が確立しつつあるが、朝食の有無が極端に市平均を下回っている。
- ・食生活は今後の課題である。

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

- ・スポーツテストの結果によると、持久力、敏捷性、筋持久力が市平均よりも低く、柔軟性と筋力がやや高い。
- ・持久力の低さは食生活と関係している様に思われる。
- ・生活の中でボールを投げる機会がないため、ハンドボール投げの距離も市平均を下回る。また、右手、右足を前にしてボールを投げる姿も多く見られる。



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

- ・毎授業の開始時にトレーニング活動を取り入れ、生徒一人ひとりに自己の体力向上を図らせる。
- ・自主的なトレーニングにより自己の目標の達成や課題の解決の喜びを味あわせる。

《他教科での取組》

- ・家庭科では、食教育との関連を図り、日常の食生活と結びつけた指導をする。

特別活動・総合的な学習の時間

- ・体育祭では、仲間と協力してスポーツに取り組むことの喜びを実感させ、体力や運動技能の向上を図る。
- ・保健委員会を中心として生徒の健康面の課題を調べ、全校で学習会を行う。

課外活動

- ・運動系の部活動の活動を通して体力をつけ健康増進を図る。
- ・PTA保健委員会において、学習会を通じて、健康の保持増進に関する取組の推進を図る。
- ・昼休みに、体育館とグラウンドを開放し、球技などのスポーツに親しませる。

令和元年度 寛政中学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 「みんなで協力チームジャンプ」

《ねらい》 仲間と協力してスポーツに取り組むことの喜びを体感させ、体力を向上させる。

《内容》 体育祭に向けて、生徒の自主活動として生徒全員で大縄跳びの練習を行う。

●指 標：

- ①行事後の達成感
- ②持久力・走力の向上