

# 横浜市立丸山台中学校 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
まちに生き 自分で自分の生き方を切り拓いていける子	自ら健康増進について考え、実践できる力

#### (2) 中期取組目標

中期取組目標
<ul style="list-style-type: none"> <li>○確かな教育課程を実施し、生徒一人ひとりが充実感を味わい、個に応じた指導を行い、確かな学力を身に付けさせる教育活動を展開します。</li> <li>○開かれた学校、地域で育つ学校を目指し、小中・家庭・地域連携を推進し、積極的に地域のボランティア活動などに参加し社会に貢献する姿勢を育みます。</li> <li>○野庭中学校との統合に向け、教育環境を整備していきます。</li> </ul>

#### (3) 体育・健康に関する指導の重点取組分野・具体的取組

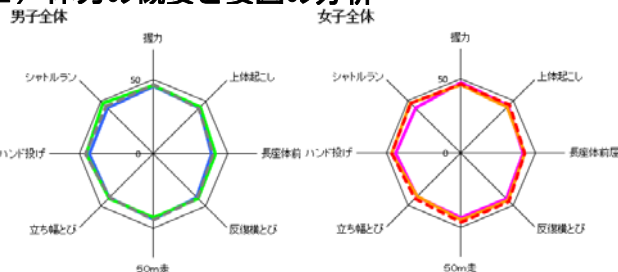
重点取組分野	具体的取組
健やかな体	<ul style="list-style-type: none"> <li>①新体力テストの結果より、自己の体力状況を分析し、体力向上プログラムを考え、実践する資質を育てます。</li> <li>②体育委員会主催の「お外で遊ぼうDay」を通して、運動に親しむ資質の育成と、人生を楽しく健康で生き生きとするための体力の向上を図ります。</li> </ul>
担当	体育的行事委員会

### 2 体育・健康に関する実態把握

#### (1) 体育・健康に関する実態

- ・全国の平均に比べて、朝食の摂取率が低く、まったく食べない生徒もいる。
- ・運動の実施状況や実施時間は平均を大きく下回り、週に3日以上運動をしている生徒は男女共に約50%であった。
- ・テレビ(テレビゲーム)の視聴時間が平均を上回っていることは、運動時間の減少にかかわっていると考えられる。
- ・睡眠時間は、8時間以上の生徒も多く、全国平均を上回った。
- ・新体力テストの結果は、すべての項目が全国・市平均値を下回っている。特に、長座体前屈と立ち幅跳びの記録はほかの項目よりも平均を下回っている。
- ・保健体育の授業や体育大会・球技大会といった行事、部活動には意欲的に参加し活動している。
- ・昼休みには、体育委員会がクラスごとに月1回企画・運営を行っている「お外で遊ぼうDay」が定着してきた。それ以外の日でも生徒がグラウンドに出て遊ぶ姿が見られるようになってきた。

#### (2) 体力の概要と要因の分析



- ・新体力テストの結果は、ほとんどの項目が全国・市平均をやや下回っている。しかし、項目によって大きく差が出た昨年度と比べると、全体的な数値は安定した。長座体前屈、立ち幅跳びは特に課題が見られるため、継続的な柔軟運動と正しい動きの習得が必要である。

### 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》  
健康の保持増進のために主体的に課題解決する力を育む

- ・保健体育科では、毎授業前に体力向上を図るためのドリルを取り入れ、運動習慣の定着を目指し、全体的な体力の向上を図る。
- ・授業の中でタブレット端末を活用するなどして、動き方を分析させることで、正しい体の使い方を理解させる。

《他教科での取組》  
心身の健康な生活を実践する態度を育む

- ・技術家庭科では、食育を通じて自らの健康を管理しようとする力の育成を図る。
- ・理科では、生物や環境学習を通じて人間理解力を高めるとともに、実験での事故防止を通じて危険回避能力の育成を図る。

#### 特別活動・総合的な学習の時間

規則正しい生活をしようとする態度、  
進んで運動しようとする態度を育む

- ・体育的行事では、体育の授業や部活動で培った力を活かした展開を図る。また、体育委員会を中心として企画、運営を行う行事によって運動の機会を提供する。
- ・保健安全委員会では、生徒の健康面の課題をテーマに全校生徒への啓発活動を行って行く。また、身近な環境問題から、ごみのリサイクルやごみ拾いボランティアなど関心を高める。
- ・防災訓練を通じて、自らの力で危険を回避し安全を確保できる力を養ったり、救急法の講習を受講しAEDの取り扱いなどを実習したりすることで緊急時の対応の仕方を学ぶ。

#### 課外活動

- ・運動部活動を通して、生涯に渡ってスポーツに親しむ資質を育成する。
- ・個人面談等を利用して、新体力テストの結果や保健情報等を家庭と共有し、健康の保持増進に対する共通理解を図る。また、生涯にわたってスポーツに親しむ資質を育成する。

#### 平成31年度 丸山台中学校 体力向上1校1実践運動

《名 称》 体育的行事の充実

《ねらい》 運動機会の確保、教員の指導力向上

《内 容》 体育的行事を体育委員会の生徒が企画・運営し、行事の内容と取組の充実を図り、運動の楽しさを味わわせ、体力の向上を図る。

(行事例) 前期：体育大会、後期：球技大会、通年：お外で遊ぼうDay

全校新体力テストを実施し、そのデータ処理を業者に委託し、自らの体力をより詳細に分析することにより、運動への関心を高めさせる。

- 指 標：
- ①行事後の振り返り 「事前取組」 「満足度」
  - ②「新体力テスト」 「生活実態調査」 「運動やスポーツの実施状況」 「1日の運動スポーツの実施時間」等の分析から、体力向上につながる取り組みを検討する。
  - ③生徒、教師、地域とのコミュニケーション能力の育成。
  - ④自他の危険予測、危険回避能力、健康、安全の課題への適切な対応などの社会の変化に対応する能力の育成。