

横浜市立大鳥中学校 令和5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

- 学び方の基本と基礎的な学習内容の定着を図り、学び合う姿勢と自らの問題解決に取り組む力を育てます。(知)
- 公共心を大切にし、法やルールを守る規範意識や礼儀を大切にする態度、自分の行動に責任を持つ意識を育てます。(徳)
- 健康と安全に留意し、望ましい生活習慣を身に付け、日常的に自分の健康管理に関心を持てる姿勢を育てます。(体)
- 様々な人々との出会いやふれあいを通じて、自己肯定感やコミュニケーション力を身につけ、協力することの大切さを学び、地域社会に貢献できる力を育てます。(公・開)

(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	取組目標	具体的取組
健やかな体	健康についての自己の課題をもち規則正しい生活が送れるように、家庭と連携しながら健康・安全な生活に対する意識を高める。	①学校保健委員会や日常の保健指導等を通して、基本的な生活習慣や運動、健康に対する知識を身につけ、自分の豊かな可能性を見いだせる子どもを育てます。 ②新体力テストの結果をもとに、体力向上に向けて生徒一人ひとりの目標を定め、実践します。
担当	保健体育科	

2 体育健康に関する実態把握 (令和4年度の調査結果から)

(1) 体育・健康に関する実態

- ・体格に関しては、おおむね全国平均と近い値を示している。しかし、体力では、ほぼすべての項目で全国平均を下回っていた。コロナ禍での運動機会の減少や遊びの場の減少が考えられる。
- ・運動部加入率を見ると男女で6割と、全国の平均(85%)を下回っている。運動の取り組みについても1週間に3日以上運動している人数が男子全体では5割未満、女子全体では4割を切っており、運動機会や運動時間の不足を読み取ることができる。
- ・健康に対する意識調査では、好き嫌いをせず栄養バランスに気をつけて食事をしていると回答した生徒は男女共に8割を超えていた。また、1日8時間以上睡眠する割合は、男女とも全国平均を超えていた。
- ・保健体育の授業は大切だと答えている生徒が多く、運動に対する関心は高いと言える。今後は、体育の授業で身につけた技能や知識を日頃の運動機会に活かし、運動時間の確保に繋げるかが課題である。

(2) 体力の概要と要因の分析

- ・本校の新体力テストの平均値は、多くの種目で全国平均を下回る結果となった。持久走はどの学年でも全国平均を大きく下回った。また、女子の立幅跳びや反復横跳びの瞬発力や敏捷性は全国平均を大きく下回った。
- ・今後の体育活動では、筋力や体力の向上を目指し、1校1実践運動とリンクし、通年で+αの活動を取り入れることでさらに体力の向上へ繋げていきたい。また、各運動種目の発展的な技能習得に向けた指導、生徒の自発的な練習を促すことのできるような授業作りに力を注いでいきたい。そして、生徒同士の思考活動や相互評価を活発にするよう工夫する。

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》

- ・体育科・保健体育科では、「運動の特性」を理解させること、基本的運動技能の習得、そしてすべての領域において生徒同士の「学び合い」を重視し、規範意識や自己有用感を醸成しながら、積極的に運動に親しみ、挑戦する態度を養う。

《他教科での取組》

- ・家庭科では、食教育との関連を図り、生活習慣の見直しを図る。
- ・国語科では、様々な言語活動を通じ「学び合い」の基本的な技能を高める。
- ・理科では、生命活動や運動のメカニズムを科学的に理解し、生命を尊重する意識を深める。

道徳・特活・総合

- ・体育祭では、体育科・保健体育科で培った資質能力をさらに発展させ、競い合う楽しさを味わう。
- ・保健委員会、環境委員会では、児童生徒の健康面での課題を探り、それを解決して行こうとする態度を養う。
- ・道徳では、他人を思いやる心、正義感や公正さを重んじる心、責任感などを育み、規範意識の醸成を図る。
- ・総合的な学習の時間では、毎日の健康で安全な生活を支えてくれているものに目を向け、他者との協働・共生する能力を養う。

課外活動

- ・運動部活動の推進。
- ・交流祭や地域ボランティア活動の推進。
- ・個人面談等を利用して体力テストの結果や保健情報等を家庭と共有し、家庭や地域と連携した健康教育に努める。

令和5年度 大鳥中学校 体力向上1校1実践運

《名称》 体育的行事の充実及び授業内での補強運動の推進

《ねらい》 運動機会の確保、基本的体力の向上と健康の増進、運動に親しむ態度の育成

《内容》 体育的行事を体育祭実行委員会や球技大会実行委員会(生徒)が企画・運営し、内容と取組の充実を図り、運動の楽しさ、競い合う楽しさを味あわせ、体力の向上を図る。
(行事例) 前期:体育祭 後期:球技大会
(授業例) 通年:準備運動時に筋力トレーニング等の実施

・指標: ①行事後の振り返り「事前取組」「満足度」

②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」から検証する。

〈参考〉 学習指導要領総則「学校における体育・健康に関する指導は、児童生徒の発達段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする。」