

横浜市立左近山中学校 令和4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

学校経営中期取組目標
「しっかり教え、しっかりと引き出す」指導に取り組み、生徒の学力向上に努めます。 また、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図ります。

(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	子どもの体育・健康面の姿から課題を明確にし、体育科・保健体育科の授業を中心としながら、教育活動全体を通して健やかな体の育成を目指す。	①重点研究や校内研修による、体育科・保健体育科の授業改善を図る。 ②体力テストや独自指標等の結果をもとにした、体力向上1校1実践運動の改善を図る。 ③体力テストの結果等を保護者と共有するなど、家庭や地域と連携して体力の向上、生活習慣の改善を図る。
担当	保健体育科	

2 体育健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

- ・体格は全国平均や市平均に比べ、小柄でやせている生徒が多い。
- ・朝食を食べないで登校する生徒もあり、栄養バランスについては偏りがあり指導が必要である。
- ・生徒集団の違いから元気に活発に動く学年と、おとなしく文化部の生徒が多い学年とがあり、学年ごとの動きに違いがある。運動を好む生徒は多いが、競争意識が低く、互いに体力を向上させようとする意識がやや劣るように感じる。
- ・1校1実践運動の取組の様子をみると、楽しみにしながらしっかり取り組んでいる子どもがほとんどである。

(2) 体力の概要と要因の分析

新体力テストの結果から、26年度は、ほとんどの項目が全国平均を下回っていたが、昨年度より体力向上を積極的に推進することで27年度以降は、上体起こしが上回る学年が増えた。
また、総合評価のA段評価の人数が増加してきた。
一方で、投能力や瞬発力を要する種目については、まだ低く、運動経験の少なさが影響しているものと思われる。

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》

○体力テストの結果をもとに、毎時間の授業に補強運動を行い、体力の向上を図る。

○保健及び体育理論において、健康や環境についての知識や、スポーツの必要性や意義、学び方を深める。

○区全体で、運動神経系を高めるために毎授業でコーディネーションドリルを活用した運動を取り入れていく。

《他教科での取組》

○家庭科では、「食生活と自立」の中で食育との関連を図る。

道徳・特活・総合

・体育祭では、保健体育科で培った資質能力の発揮の場とする。

・縦割り球技大会を企画し、運動に親しむ機会を充実させる。

・保健安全委員会では、生活習慣の調査を行い、健康についての意識を高める。

・救急法の講習会(3年特別時間割)で、心肺蘇生法について学ぶ。

課外活動

- ・「体力分析」を活用して、体力テストの結果や身体計測の記録等をデータ処理し、体育健康に関する情報を家庭と共有する。
- ・学校体育安全研修を行う。
- ・学校保健委員会では、生活習慣の調査を実施し、顕著なものをテーマとして講演会を行う。
- ・部活動を通して、小中交流を図る。

令和4年度 左近山中学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 体育行事の充実

《ねらい》 運動機会の確保の増加を目指す

《内容》 体育祭実行委員会を使って企画や運営の充実を図り、体力の向上を図る。
(行事) 前期：体育祭(縦割り) 後期：縦割り球技大会

- 指 標：①行事の振り返り「充実度」
②生活実態調査「運動等の実施状況」
③小学校と交流を積極的に図る(部活動の交流を図る)
④新体力テストの項目別記録