

横浜市立城郷中学校 令和3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
<p>「志す・翔く・拓く」</p> <p>知：自らの課題に根気強く向き合い、学び続ける力を育みます。 徳：共感、共生の大切さと楽しさに触れ、豊かな感性を育みます。 体：生命や心身の健康を尊重し、たくましく生きる力を育みます。 公：相互に協働し、豊かな人間性と社会性を高める力を育みます。 開：多様性を尊重し、新たな価値をすすんで創造する力を育みます。</p>	<p><社会で活用できる知識・技能> <未知の状況に対応できる問題発見と解決能力> <多様性を尊重し、協働しながら持続可能な社会を創造する力></p>

(2) 中期取組目標

中期取組目標
<ul style="list-style-type: none">・教職員の組織力の向上を図るとともに、地域、小学校との連携・協同を推進することで、活力のある学校を目指します。・学校運営協議会への理解を深め、協議会との連携に積極的に取り組むことで、より確かな組織的な学校経営を目指します。・特別支援教育の重要性を意識し、生徒一人ひとりを大切にされた指導を目指します。・いじめの予防発見や人間関係のトラブル防止のために、生徒の活動場面等を丁寧に観察し、個に応じた指導を目指します。・警察、少年補導員、地域防災拠点等との積極的な交流を一層推進し、より確かな防犯、防災体制作りを目指します。

(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生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てる。 ②健康の保持増進のための実践力の育成を図る。 ③体力の向上を図る。
担当	体育部

2 体育・健康に関する実態把握

(1) 体育・健康に関する実態

- ・生活実態調査結果によると運動部への加入率が高く、朝食や睡眠時間も概ねとれている。
- ・保健室の利用は比較的多く、生活習慣の乱れによる症状や怪我で来室する生徒が増えてきている。

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

- ・新体力テストの結果を見ると全国平均や市平均に比べ反復横とび、立ち幅跳び、50m走、シャトルラン、ハンドボール投げが劣っている。体育の実技授業の中で準備運動（ウォーミングアップ）の一環としてストレッチ体操やランニングを取り入れ体力の向上を図るが、全職員に理解を得て、部活動の指導の中で瞬発力や敏捷性も強化を図れるようにする。

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》

- ・体づくり運動、体育理論、保健分野における授業の充実を図ることを重点とし、運動による心と体への効果、健康が深くかかわっていることを体得させる。
- ・学習カードやワークシートの活用を通して個に応じた指導を行う。

特別活動・総合的な学習の時間

- ・健康診断、新体力テストを実施
- ・体育委員会で体育的な行事を企画運営し、体育祭では郷土芸能の演技(ソーラン節)を計画的に準備し、3年で発表する。
- ・保健安全委員会では、日々健康に関する啓蒙活動を行う。
- ・道徳や総合的な学習の時間を含めた「横浜の時間」で地域との連携を図りながら食や環境の課題に取り組んでいく。

課外活動

- ・より多くの生徒が参加できる運動部をめざし、部活オリエンテーション等を実施し啓蒙活動を行う。
- ・年1回学校保健委員会を実施し、健康の保持増進に関するテーマで発表する。また、保護者、校医との連携を深め充実させる。
- ・昼休みはバスケットやサッカー、鬼ごっこ等、外で遊ぶ生徒と校舎内で遊ぶ生徒の二極化になっているので、昼休みはできるだけ多くの生徒が外に出て体を動かす取り組みをする。

令和3年度 城郷中学校 体力向上1校1実践運動

《名称》 体育実技授業でのウォーミングアップの充実

《ねらい》 生徒の全身持久力の向上

《内容》 実技授業の開始前にランニングのウォーミングアップを実施

- ・グラウンド2周、体育館3周ランニング

●指標： 生徒の実態に応じて確実に取り組み、また体力発達の時期的に有効な全身持久力向上を意識させてウォーミングアップを実施させる。