

横浜市立上菅田小学校 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
○楽しく学び、のびのびと表現しよう (知) ○みんなも自分も大切にし、社会に貢献しよう (徳) ○元気な心と健康な体をつくろう (体) ○上菅田の「まち」を知り、地域とともに活動しよう (公) ○すてきな日本を学び、世界で活躍できる人になろう (開)	持続可能な社会の創造に貢献する力

(2) 中期取組目標

中期取組目標
○子ども一人ひとりを大切にしながら、上菅田の「まち」とともに歩む学校にします。 <ul style="list-style-type: none">・学習の楽しさを実感できる授業づくりを推進し、子どもの表現を大切にしながら学力を向上させます。・一人ひとりが自己有用感をもつとともに、他者を尊重しながら楽しく学校生活が送れるようにします。・心も体も元気であるための生活習慣が形成できるようにします。・上菅田の「人」とのつながりを意識し、豊かな体験を通して、地域の人と活動する心を育てます。・日本の良さと特色を学び、世界の平和を考える子どもに育てます。

(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各家庭と協力して基本的な生活習慣の定着をめざす。②一校一実践運動では子どもたちの願いを大切にして運動に取り組み、年間を通して体力の向上に励む。③栄養教諭と連携しながら全学級で食育に関する授業を行う。
担当	体育部

2 体育・健康に関する実態把握

○自己の健康や運動とのかかわりを見つめたり、自ら心や体に関する課題を解決したりしながら、進んで健康づくりをしようとする姿や、健康・安全で活力ある生活を営もうとする姿を目指します。
○子ども自身が進んで運動することの楽しさや喜びを、「ひと・もの・こと」との豊かな「かかわり」の中で実感し、生涯を通じて自己の生活に進んで運動を取り込んでいこうとする姿を目指します。
○子どもたちが「自分」、「健康」、「生命」を見つめる中で、自分のよさや可能性に気づき、生きる喜びを感じながら、自分の生き方を前向きにつくっていかうとする姿を目指します。
○子ども一人ひとりが望ましい食生活の基礎・基本と食習慣を身につけ、食事を通じて自らの健康管理をしようとする姿や、食の恵みに感謝し、楽しく心豊かに食事をしようとする姿を目指します。
○昨年度新体カテストの結果 立ち幅跳び・反復横跳びの記録において、市の平均を上回っていました。ソフトボール投げでは、昨年度はほとんどの学年が市の平均を下回っていました。長座体前屈・20mシャトルランの記録は、男女共に一昨年度に比べるといくつかの学年で上回りつつあります。
○昨年度生活実態調査の結果 朝食の摂取状況は、ほとんどの子どもが毎日食べると答えています。時々食べない・まったく食べないと答える子どもの割合は昨年度同様に低く、食育推進の成果が表れていると思われます。学年が上がることに、睡眠時間が十分に取れていないという結果が出ています。引き続き「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを実践していくことが必要であると思われます。体育以外の運動をほとんどしないと答える子どもが増え、トータルの運動時間が減ってきています。特に学年が上がると食事・運動・休養(睡眠)のバランスが崩れてきているように思われます。

3 体育・健康に関する具体的取組

教科

体育科での取組

- 体育読本、体育科指導の解説等を活用して、子どもたちが「わかる」「楽しい」授業を実現していくことで、運動の楽しさや喜びにふれ、課題を解決する力を高めていきます。
- 年度ごとにカリキュラムや特別教室割り当てを改善し、運動場・第2運動場などの場を最大限に利用して運動量・学習量の多い授業を展開できるようにしていきます。
- 校内ネットワークを利用した学習資料の共有化や、必要に応じた研修を行い、指導力を高めていきます。

特別活動・総合的な学習の時間

特別活動での取組

- 特別活動(2)において健康についての課題を取り上げ、自分なりの目標を決め、それに対しての具体的な取り組みを行っていきます。

総合的な学習の時間での取組

- 総合的な学習の時間等で、恵まれた校内環境を活用したり、地域の農家の方との連携を図ったりして、食物を育て、食べることを通して自他の生命と向き合えるようにしていきます。

課外活動

学校行事や各種連携事業での取組

- 1校1実践運動(短縄・長縄・マラソン)
- 幼保小連携事業
- 食育推進事業
- 地域連携事業
- 学校保健委員会
- ちびっこ駅伝
- 地域ふれあい教室

①運動に取り組み、体を動かすことを楽しむ時間を増やして体力向上につなげる。

1 実施期間

第1回	6/4(火) 6/11(火) 6/27(木) 7/4(木)	中休み 10時20分～10時35分
第2回	9/26(木) 10/2(水) 10/8(火) 10/17(木) 10/23(水) 10/25(金) 11/1(金)	中休み 10時20分～10時35分
第3回	1/23(木) 1/24(金) 1/27(月) 1/30(木) 2/3(月) 2/5(水) 2/12(水) 2/17(月) 2/19(水) 2/21(金) 2/25(火) 2/27(木)	中休み 10時20分～10時35分

2 内容

- 第1回 短縄チャレンジ (巧みな動き・持続する能力)
 第2回 長縄チャレンジ・長縄大会 (巧みな動き・持続する能力)
 第3回 マラソンチャレンジ (持続する能力)
 ※通 年 体育倉庫の竹馬・一輪車を中休みにも使用できるようにする。

3 方法

- 第1回… 短縄チャレンジ→校庭で決められた学年の場所で行う。クラスの友達やペア学年の相手とペアなどになり回数を数えたり、教えあったりする。カードを使い、できたら色をぬる。一人ひとりが決めた技に挑戦したり、回数に挑戦したりする。
 第2回… 長縄チャレンジ→校庭でクラスごとに決められた場所で行う。ターナー(持ち手)は担任が行ってもよい。大波小波・くぐりぬけ・8の字跳びなどの跳び方を学年で決め、練習する。最後の3分間で回数を数える。最後の週は、1・2年(10/23(水))、3・4年(11/1(金))、5・6年(10/25(金))で長縄大会を行う。
 第3回… マラソンチャレンジ→内側のトラックを1・2・3年生、外側のトラックを4・5・6年生が走る。1・6年、2・4年、3・5年が同じ日に行う。10分間音楽を流し、その間は走り続けられるようにする。カードを使い、走った分だけカードに色をぬる。最後に学年でたくさん走った児童に1～3位の賞状を授与する。(周回数なので、複数児童が受賞できる。)
 通 年… 体育委員会の常時活動がある月・火・木・金曜日に竹馬と一輪車を貸し出し、子どもたちの様々な興味・関心に答えて体力向上を目指していく。
 ○体育倉庫を掃除している体育委員から竹馬や一輪車を借りる。
 ○使用場所はサッカーゴール裏。
 ○使用状況を見て使用場所を拡大したり、変更したりする。

4 その他

- ・児童は全員参加。クラブ・委員会活動の常時活動は行わない。(他の日や、昼休みに行く。)
- ・教師は声をかけ、安全を確認しながら一緒に取り組む。
- ・司会や教える役などは、体育委員会の児童が手伝う。

②体育科カリキュラム・授業改善により、運動量・学習量を増やし、体力向上につなげる。

☆指標

授業改善の成果を確認する指標として、体育科基本調査における下記のデータを3年間で10ポイント以上上昇させ、学習指導要領のねらいを達成する児童を可能な限り増やしていく。

低学年 前回り下り・足ぬき回り(鉄棒あそび)

中学年 膝掛け振り上がり又は回転技(鉄棒運動)、開脚とび・台上前転(マット運動)

高学年 膝掛け振り上がり及び回転技(鉄棒運動)、開脚とび・台上前転(マット運動)