

# 横浜市立菅田小学校 平成 29 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	
○子どもの自己肯定感を高めて、自分を大切に、自分のよさを見つけ、頑張り続けられる子どもを育てます。	
○わかる喜び・できる喜びを実感させ、やる気を引き出す授業づくりに努めます。	
○一人ひとりの子の状況を把握し、その子の実態に合った学習をすすめます。	
○人とかかわり方を学び、誰とでも気持ちよく生活できるコミュニケーション力を育てます。	
○学校内にとどまらず、地域の方々・保護者と積極的に関わることで、子どもがまちを愛する心を育てます。	

#### (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	心身の健康増進活動や日常的なスポーツ活動を促すことにより、生涯にわたり健康な生活を送るための基礎を培う。	①子どもの運動能力獲得段階に沿って今の力を分析・評価し段階的に指導を行うことで、体力や運動技能を向上させる。②学校保健委員会で「外遊び」をテーマに挙げ、群れ遊びを知り、家庭と連携しながら子どもたちの日常的な取り組みを促す。③体力向上1校1実践運動では、「朝のスポーツタイム」をめあて設定とふり返りをくり返ししながら、一年間継続して行う。
担当	体育部	

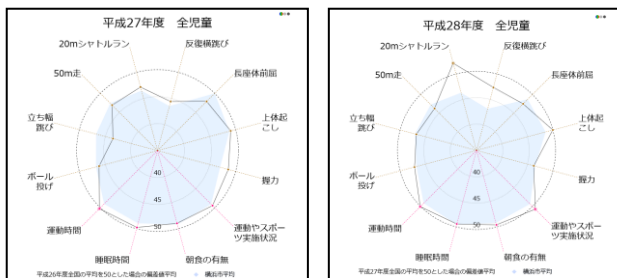
### 2 体育健康に関する実態把握

#### (1) 体育・健康に関する実態

- ・朝食の摂取率と睡眠時間の記録は、市の平均と同等であるが、生活習慣の乱れで体調不良を訴える児童が多くいる。保健室には、生活習慣の乱れによる体調不調や心の不安で訪れる児童が多い。
- ・地域に外遊びができる空間は十分あるものの、群れ遊びの仕方を知らない児童、外でゲーム機を使って遊んでいる児童が多く、体を動かす習慣は十分に身につけているとは言えない。しかし、学校保健委員会で、2年間「外遊び」をテーマに取り組んだり、運動委員会でスポーツ教室を開いたりした結果、校内での外遊びが増えた。
- ・毎週月曜日に「朝のスポーツタイム」を開き、3分間走や長なわに取り組んでいる。

#### (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）

27年度（全児童）、28年度（全児童）を比較すると、シャトルランの数値が、全国・市の平均を大きく上回った。朝のスポーツタイムの積み重ねが成果につながったと考える。立ち幅跳びは、昨年度の分析を生かすことで数値があがった。引き続き、教師が正しい動きを事前に指導したり、跳能力を身につけるための運動遊びや慣れの運動を積み重ねたりしたい。運動時間と運動やスポーツの実施状況は、市の平均を上回っているが、中学年に絞って分析すると、平均を大きく下



回っている。学力状況調査で行った1日の運動時間の調査では、中学年で1時間以上運動している児童は60%以上あり、市の平均を上回っている。この時期は、体力をつけていくのに非常に大切な時期なので、保護者の協力を得ながら屋外での外遊びを意識してすすめる必要がある。また、体育学習では、低学年の運動遊びで得た動き続けることの楽しさを取り入れた指導をしていきたい。

## 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》

- ・指導者が系統性を理解した上で、子どもが今できる動きを発展させることで、新しい動きにつながる学習展開(ステップ指導)を中心に据えて、指導の研究と実践に努めます。
- ・「体育読本」を積極的に活用して、児童自らが自身の健康と体力に関する成長を実感できるようにする。

#### 《他教科での取組》

- ・家庭科では、食育との関連を図り、食と健康のつながりを児童が理解し、自己の生活へと還元できるようにする。

- ・生活や総合的な学習の時間に地域の公園での自然遊びや群れ遊びを経験させることで、放課後の遊び方を充実させ、特定の運動では身に付かない、敏捷性やバランス感覚を養う。

### 道徳・特活・総合

- ・運動委員会では、体力向上にかかわる集会や外遊びを企画・運営し、運動することの楽しさを感じられるようにする。
- ・保健委員会では、年2回の学校保健委員会での取り組みを中心に、今年度も「外遊び」をテーマに取り組み、運動を楽しみながら実践できるようにする。  
また、休み時間の外遊びボランティアを保護者に募集し、学校だけでなく地域の協力をえて「外遊び」を推進する。

### 課外活動

- ・年2回の学校保健委員会で「外遊び」をテーマに話し合いを行う。
- ・体育協会や五感教育研究所など外部から講師を招き、児童への遊びの紹介や教師への指導方法の研修などを行う。また、休み時間の外遊びボランティアを保護者に募集し、学校だけでなく地域の協力をえて「外遊び」を推進する。

## 平成29年度 菅田小学校 体力向上1校1実践運動

《名 称》 朝のスポーツタイム

《ねらい》 ○朝、運動することで心身の安定を図り、落ち着いて学校生活を送る自己統制の力を養う。  
○運動の習慣を身につけ、体力の向上を目指す。  
○運動する楽しさや心地よさを味わい、自らすすんで運動する態度を養う。

《内 容》 ○3分間走  
○長なわ(クラス・ふれあい班)  
※運動を通して、長なわ集会(6月・1月)や地域主催のマラソン大会(2月)への意欲を高める。

●指 標： ①新体力テストの結果分析(全国平均、市平均との比較)  
②生活実態調査の分析(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)  
③3分間走では、「記録カード」を児童一人ひとりに配付し、めあて設定と振り返りを継続して行い、蓄積することで、個々の記録の伸びを実感できるようにする。  
④長なわでは、各クラスによる目標設定と年度末の振り返りを行う。