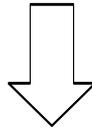


6 健康教育

(1) 全体構想

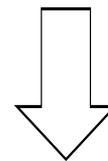
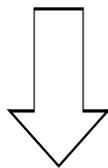
【すすき野小学校 学校教育目標】

すこやかスマイル すすんで考え行動し きょうかし合う すすきっ子



＜すすき野小学校 体育・健康に関する指導の目標・方針＞

- ◎体力を向上させ、健康に生きる子ども
- ◎共に生き、自立する子ども
- ◎生命を大切にし、自分らしく生きる子ども



教科

《体育科・保健体育科での取組》

- ・体育科では、「体力向上」を目標にし、準備運動や基本の運動に重点を置き、「自ら運動に 取り組もうとする意欲」を育てる。準備運動に、本校オリジナルの「すすき野体操」を取り入れる。
 - ・職員は、すすき野体操、長縄跳び、持久走ダブルダッチ、ドッジビーなどの研修を行う。また、体力測定の結果を分析して、本校児童の体力の傾向をつかみ、今後の体力向上の課題とする。
- ##### 《他教科での取組》
- ・家庭科では、食教育や調理などに関連させ、健康な体づくりについて考える。
 - ・理科では、からだのつくりや環境などに関連させ、生命の大切さについて考える。

領域等

- ・運動会では、体育科で培った運動能力を最大限に発揮し、走ったり、表現したりする。
- ・縄跳びギネス(短縄跳び)週間に体育委員会が、休み時間に個人の縄跳びカードで記録を認定したり、学級の体育の時間に担任が認定したりしている。
- ・保健委員会では、毎月および長期休みの健康カードをつくり、歯みがきや手洗いうがいを励行するようにしている。
- ・給食後には、毎回歯みがきを行う。テレビ放送で6年生が順番に手本となる。
- ・学校保健委員会では、毎年心と体の健康に関係あるテーマを決め、健康委員会を中心に考え話し合いながら、全校で実践している。

活動内容

- ・朝の時間を活用した「健康タイム」の推進
- ・給食後の歯みがき活動の実践
- ・学校保健委員会への保護者の参加と家庭への周知

(2) 年間計画

実施時期(月)	実施内容
4月～5月 朝の健康タイム 5月 運動会	<div data-bbox="671 271 1390 421" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 月曜日と水曜日・・・クラス毎にで長縄跳びの練習 金曜日 ……すすき野体操 </div> <div data-bbox="671 450 1390 555" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 準備体操として、全校ですすき野体操を行う。 </div>
6月～10月 朝の健康タイム	<div data-bbox="671 622 1390 1048" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 月曜日と水曜日…短縄跳び クラス毎にペアをつくり、短縄跳びの練習。 縄跳びカードへ記録する。 ※6月第1回目は、6年生による師範あり。 ※なわとびギネスボードに最高記録を提示。 金曜日 ……すすき野体操 </div>
中休み	<div data-bbox="671 1137 1433 1198" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 体育委員会による、なわとびギネス認定 対象全校児童 </div>
10月下旬	<div data-bbox="671 1261 1433 1321" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 体育委員会による、なわとび発表会 対象全校児童 </div>
11月 学校を開く週間 朝の健康タイム	<div data-bbox="724 1391 1428 1579" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> なわとびのまとめの週間…なわとびギネスに挑戦 個人記録会 </div>
11月～2月 朝の健康タイム	<div data-bbox="671 1630 1396 1883" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 月曜日と水曜日… GOタイム(5分間持久走) 金曜日 ……クラス毎に長縄跳び </div>
2月	<div data-bbox="671 1921 1396 2072" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> ゴールへGO！(持久走) 体育委員会による、長縄大会 </div>

①なわとびタイム（４～３月）

○短縄（個人）、長縄（学級）で、いろいろな種目にチャレンジしたり、見合ったり、教え合ったりして、個々にチャレンジしたり、学級全体で協力して連続跳びの記録をめざしたりして、楽しく活動する。

- ・短縄跳び… 6～10月。短縄跳びカードを使って、それぞれの種目について、各自がめあてを決め、記録をとり、縄跳びギネスに挑戦する。
- ・長縄跳び… 4・5月、11～3月。1～6年生は回し跳び。各学級で「8の字」を描くように、一人一回ずつ連続跳びをして、記録更新するように力を合わせて練習する。5分間での記録をとり、ギネスに挑戦する。また、6年生が1年生の縄を回したり、声をかけたりする。

②すすき野体操（４～９月）

○本校オリジナルの「すすき野体操」を音楽に合わせて行う。体育委員会の児童が前に立ち、運動会（5月）までは、特に重点的に行う。年間を通して体育時間の準備運動として行う。

③GOタイム・ゴールへGO!【持久走】（11～2月）

○持久走を継続的に行うことにより、体力を養い、自分の健康について関心を高めると共に、寒さに負けない丈夫な体をつくることをめざす。また、友だちと一緒に走ることで、協調性や思いやりの気持ちを育てる。

○2月に行う「ゴールへGO!」に向けて、最後まで一定のペースで走り通せるような体力と精神力を養う。

- ・準備運動からゴールまでのナレーションが入った音楽を聞きながら校庭や校地内を5分間走る。低学年は800m程度、中学年は1000m程度、高学年は1200m程度走ることになる。走った日は、個人カードに何周走ったかを記録する。
- ・週1回は、GOタイムを行う。（月・水ができなかった時は、金曜日に行う。）
- ・2月に「ゴールへGO!」を、近くの公園で行う。大会では1年800m、2年1000m、中学年1500m、高学年2000mを設定している。