

# 横浜市立浅間台小学校 平成 28 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

○子ども一人一人を大切に、まちや学校の特色を生かした、活力と魅力にあふれる学校づくりを目指します。

- ・自分の思いや考え、相手のよさを積極的に伝え合い、豊かな人間関係を築くことができる子どもを育てます。
- ・学び合う楽しさを実感できる授業づくりを推進し、進んで表現し主体的に学び続けることができる子どもを育てます。
- ・基本的な生活習慣を身に付け、心身ともに健康な子どもを育てます。
- ・保護者・地域・学校の連携をより密にして、子どもが地域や人との「つながり」を感じとり、まちを大切にする心を育みます。

#### (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

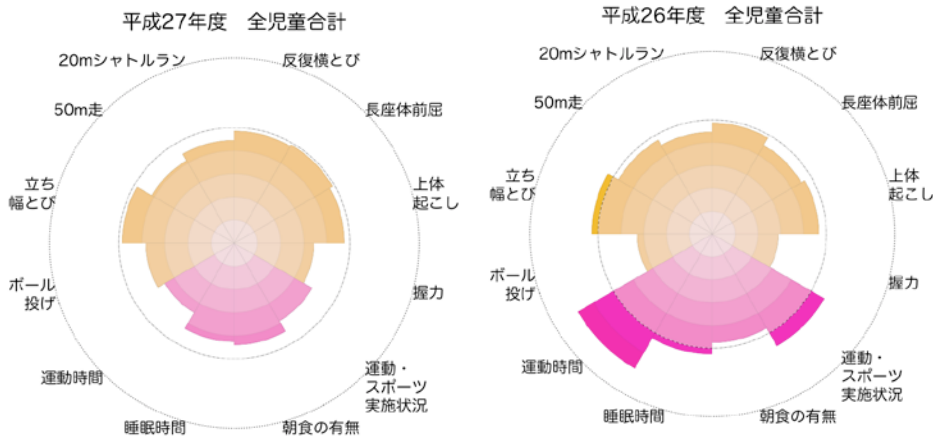
重点取組分野	取組目標	具体的取組
健やかな体	子どもの体育・健康面の姿から課題を明確にし、体育・保健の授業を中心としながら、教育活動全体を通して健やかな体の育成を目指す。	① 市体育研究会や区体育研究会の情報を校内研修会で伝え、体育科・保健体育科の授業改善を図る。 ② 体力テストの結果をもとにした、体力向上1校1実践運動の改善を図る。 ③ 体力テストの結果等を保護者と共有するなど、家庭や地域と連携して体力の向上、生活習慣の改善を図る。
担当	体育部 保健部	

### 2 体育健康に関する実態把握

#### (1) 体育・健康に関する実態

- ・休み時間は、アスッチパークで遊んでいる児童は多いが、校庭で鬼ごっこやボール遊び、長縄遊び等をしている児童も一部に限られ、市の平均と比較しても運動時間が少ない。
- ・歯科巡回指導の歯みがき検査の結果、A（よくみがけている）児童が少なく、1日3回の歯みがき習慣が身につけていない様子が見られる。
- ・市の平均に比べ、朝食の摂取率がやや低く、睡眠時間も下回っている。
- ・早寝早起き・朝ごはん・歯みがきの基本的な生活習慣が身につけていない児童の差が大きい。
- ・ハンカチ、ティッシュを持ち歩いている児童が大変少なく、手を洗っても清潔なハンカチで拭いていない児童が多い等、健康に関して自己管理していくという意識の向上が望まれる。
- ・体育の授業では、雲梯や鉄棒に長い時間ぶら下がることができない子どもが多い。
- ・休み時間の校庭使用や体育館を利用する子どもたちに偏りが見られる。
- ・地域に公園や西区スポーツセンターなどもあるが、運動・スポーツの実施状況、運動時間ともに市の平均を下回っている。体を動かす習慣が身につけていない児童とそうでない児童がいる。
- ・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もいるが、偏りがあり、高学年になるにつれて、校庭での運動遊び（サッカー・ドッジボールなど）の経験が少ない。

## (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)



体力テストの結果から、全ての項目が横浜市の平均を下回っている。平成26年度は、特に握力・長座体前屈・ソフトボール投げは、横浜市平均との数値差が大きかった。平成27年度は、握力・長座体前屈・ボール投げは向上傾向にある。20mシャトルランと反復横跳びは昨年同様である。50m走については、平成26年度を下回っている。

投力については、運動経験の少なさが影響しているものと思われる。ソフトボール投げや反復横跳び、立ち幅跳び、シャトルランの数値が低いため、バランスよく体力を上げていく必要がある。

市の平均に比べ、朝食の摂取率がやや低く、睡眠時間も下回っている。基本的な生活習慣や運動習慣の定着に課題があるといえる。

### <浅間台小学校 体育・健康に関する指導の目標・方針>

- ◎運動を楽しむうえで必要なルールやマナーを守ったり、勝敗に対して適切な態度をとったりするなど規範意識を育てる。
- ◎自ら積極的に運動にかかわり、運動の楽しさや喜びを味わい、自己の楽しさや可能性に気づき、自尊感情を育てる。
- ◎楽しく運動していく中で、身近な生活における健康・安全に関する内容を実践的・科学的に理解する力を育てる。
- ◎学年やブロックで行う運動遊びを通して、心豊かな人間関係づくりを行い、コミュニケーションの能力を育成する。
- ◎継続して同じ運動をすることで、子どもの苦手意識を減らし、自信をもって取り組める力を育てる。
- ◎「健康手帳」「体育読本」を活用して体育健康に関する情報を家庭と共有し、学校と家庭の両方から健康の保持増進に取り組む。

## 3 体育・健康に関する具体的取組

### 《体育科での取組》

- 「ゲーム」「ボール運動」の充実
  - ・コミュニケーション能力を育成し、仲間とかかわる楽しさを実感し、仲間の良さを認め合えるようにする。
  - 学び合い
  - ・順番やきまりを守ったり、ゲームの勝敗などの結果を受け入れたりする態度を育成する。自立
- 「体づくり運動」の充実
  - ・1校1実践運動の取組で行う、長縄などの縄跳び活動を意欲的に活動できるようにする。めあてを達成するために、年間の見通しをもたせ段階的に取り組めるようにする。共生

### 《他領域での取り組み》

- ・保健・運動委員会を中心に、「月1回のラジオ体操」「長縄集会」「休み時間を利用した縄跳び活動」を企画・運営する。
- ・運動会では、目標に向かって仲間と協力し、最後までやり遂げるようにすることで、達成感・充実感・満足感を味わうことができるように指導・支援する。
- ・学校保健委員会を立ち上げ、子ども達の基本的な生活習慣の意識を高めていけるようにする。
- ・特設バスケットボール活動の推進を図る。

# 浅間台小学校 体力向上1校1実践運動

## <縄跳び運動・体力づくり>

### 1 体育の授業における工夫

- ・ 年度当初の新体力テストの結果より、教員、児童が分析・考察し自らの生活・体力向上を目指し、体育科学習に取り組む。
- ・ 各学年の体づくり運動の中に縄跳びを継続的に取り入れ、動きを持続する体力を高める。



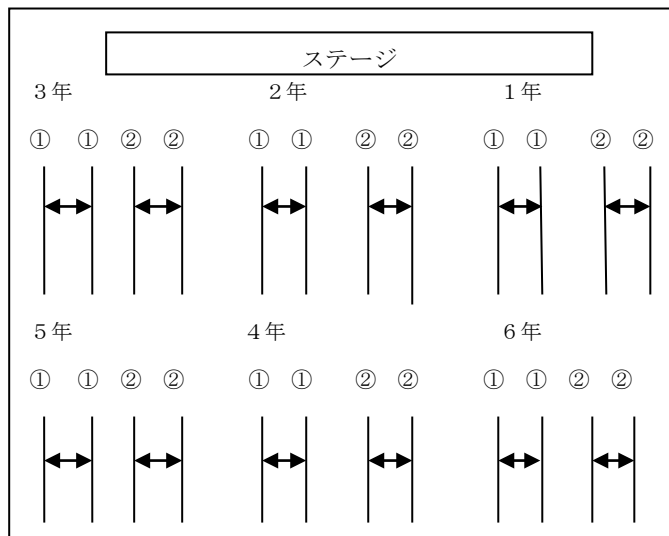
### 2 始業前・業間等の活動の工夫

- ・ 保健・運動委員会による中休みの縄跳び活動に取り組む（曜日は下の表を参考）。ブロック別の縄跳びカードを活用して、児童の縄跳び活動の実態を把握し、それに応じて技の種類を増やしたり、難度を高めたりすることで、縄跳び活動に前向きに取り組む環境を整える。また、前期と後期に一回ずつ行って、「長縄跳び記録会」を実施し、団体としての目標を明確にすることで、体力の向上とともに集団意識を高めていく。鬼遊び集会を企画して、長く走り続ける活動を通して持久力をつけていくようにする。
- ・ 健康的な身体づくりを目指すために、月に一度、朝会でラジオ体操やペアでストレッチを行う。

（隊形）

- ①・・・1組
- ②・・・2組

※ストレッチのペアは、同じクラスで作る。



### 3 学校行事等の工夫

- ・ 運動会では、保健・運動委員会を中心として、各クラスでラジオ体操に取り組み、身体づくりに励む。

### 4 その他

- ・ 長期休業中の縄跳び活動を推奨し、家庭でも縄跳びカードを継続して活用する。

2階ホールにある補助具の貸し出しを行う。

<平成28年度 体育館割り当て>

※3・4組は、交流級の配当曜日に参加も可

・ 体育館使用の割り当てについては、右記の表を参考にし、担任の付き添いのもと活用する。体育館では、基本的にボール遊びを行う。

	月	火	水	木	金
中休み	3・4組	中	なわとび活動 (4～6年)	低	なわとび活動 (1～3年)
昼休み	低	高	3・4組	中	高

<低：1～2号、中：2～3号、

高：3号（体育部推進）