

横浜市立浅間台小学校 平成30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

(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

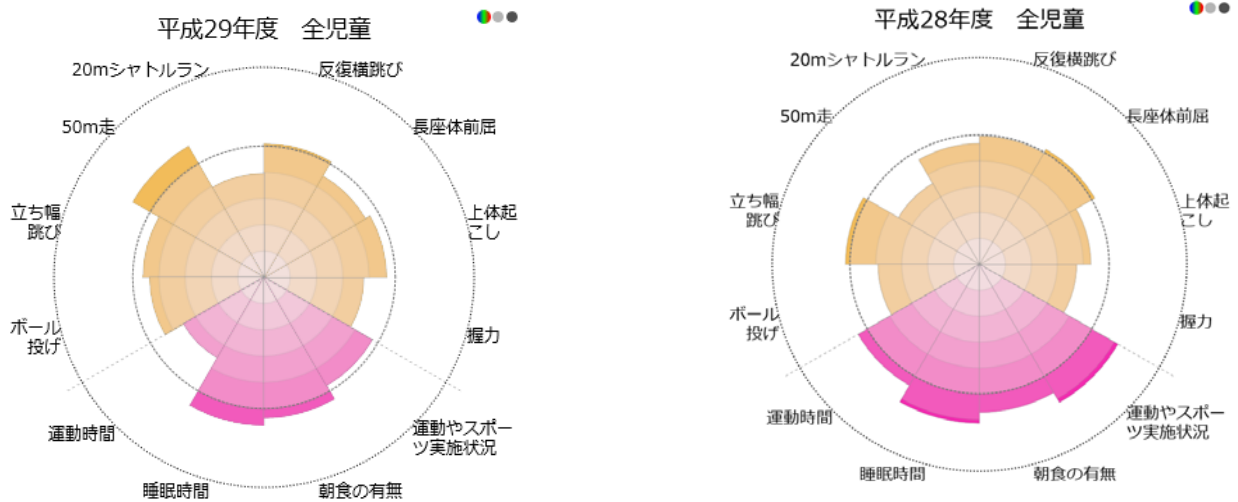
重点取組分野	取組目標	具体的取組
健やかな体	基本的な生活習慣の形成に関する活動に全校で取り組む。自分の取組を振り返り、変容を実感しながら、健やかな体をつくっていかうとする態度を育てる。	①新体力テストの結果を分析し、授業改善や一校一実践の取り組み方を工夫して、体力の向上を図る。 ②休み時間に体育館や一輪車場を開放し、運動する機会の充実に取り組む。 ③歯みがきタイムを設定し、習慣化を図る。 ④「健康ファイル」に取組の様子を記録し、健康に対する意識を高める。
担当	体育部 保健部	

2 体育健康に関する実態把握

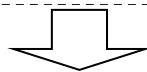
(1) 体育・健康に関する実態

- ・休み時間は、校庭で鬼ごっこやボール遊び、長縄遊びなどを行っている児童は一部に限られ、市の平均と比較しても、運動時間が少ない。
- ・休み時間の校庭や体育館を利用する児童に偏りが見られる。
- ・校庭や体育館を利用する児童の多くは、ボール遊び（ドッチボールやサッカーなど）が多く、縄や固定遊具などの用具・器具を使う運動に取り組む児童が少ない。
- ・地域に公園や西区スポーツセンターなどがあり、体を動かす環境は比較的整っているといえる。しかし、運動・スポーツの実施状況、運動時間については大幅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る児童と、そうでない児童がいる。身近にある公園や施設を十分に活用しきれていないことが見受けられる。
- ・朝食の摂取や睡眠時間は、市の平均を上回っている。
- ・ハンカチやティッシュを持ち歩いている児童が少なく、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など、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。
- ・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）児童は増加傾向にあるが、1日3回の歯みがき習慣や正しい歯のみがき方が身につけていない様子が見られる。

(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)



- ・50m走、反復横跳びについては、市の平均を上回っている。走力や調整力が身につけてきている。
- ・一方で、ボール投げ、立ち幅跳び、20mシャトルラン、長座体前屈、上体起こし、握力は、市の平均を下回っている。特に、20mシャトルランや握力については、前年度と比較してもさらに下回り、持久力や筋力の面に課題が見られる。
- ・総合してみても、「体力が高い」とは言えない結果である。



<浅間台小学校 体育・健康に関する指導の目標・方針>

- ◎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。
- ◎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付き、自尊感情を育てる。
- ◎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。
- ◎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。
- ◎「健康手帳」「体育読本」「健康ファイル」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。
- ◎望ましい食生活などについて理解を深め、歯や口腔の健康を保つのに必要な態度や習慣を身につける。

3 体育・健康に関する具体的取組

《体育科での取組》

- 「体づくり運動」の充実
 - ・1校1実践運動の取組で行う、ラジオ体操、短縄や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**
- 「ゲーム」「ボール運動」の充実
 - ・課題の持久力などを高めるために、鬼ごっこなどのゲーム・遊びに取り組む機会を増やす。その中でコミュニケーション能力の育成を図り、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**

《他領域等での取り組み》

- ・特別活動では、運動委員会を中心に、「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。
- ・行事では、運動会で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、子どもたちの基本的な生活習慣の意識を高めていけるようにする。
- ・特設スポーツクラブの活動の推進を図る。

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。

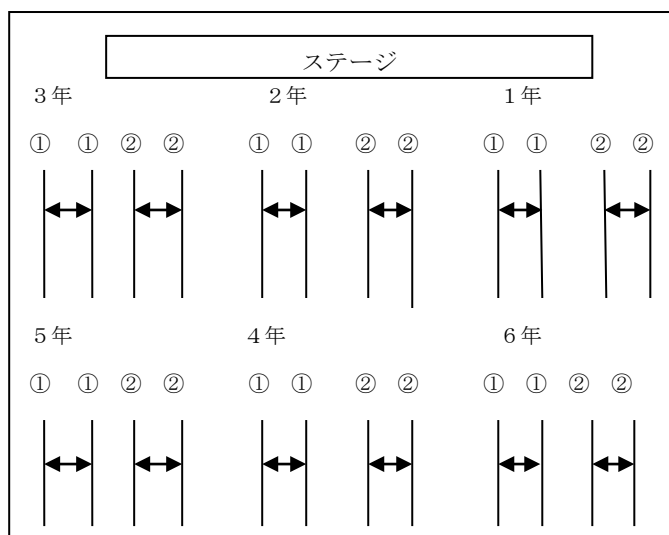


2 始業前・業間等の活動の工夫

- ・ 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(9月)と後期(12月)に一回ずつ「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（学級づくり）を高めていく。
- ・ 健康的な身体づくりを目指すために、月に一度程度、朝会でラジオ体操を行う。

(隊形)

- ① . . . 1組
- ② . . . 2組



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、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。
- ・ 年度初めの早い時期に、**短縄の準備を家庭に呼びかける。**
- ・ **体育協会の訪問指導の活用や、ラジオ体操や短縄の職員研修を行い、**児童への指導の充実をはかる。
- ・ 体育館の割り当てについては、下の表を参考にし、担任の付き添いのもと、活用する。

＜平成30年度 体育館割り当て＞

	月	火	水※	木	金
中休み	4年	1、2年	一校一実践	3、4組	5年
昼休み	5年	6年	3年	4年	6年

※3・4組は、交流級の配当曜日に参加も可。

※体育館では、基本的にボール遊びを行う。＜低：1～2号、中：2～3号、高：3号（体育部推進）＞