

中田小学校 体育・健康プラン

【中田小学校 学校教育目標】

◎さわやか笑顔 中田っ子 思い合い ひびきあい 共に生きる力を育てます。

中田小学校 児童の体育・健康面の姿

- 様々な活動の参加に加え、木登りや広い校庭で自由に遊んだり、丸太広場で遊具を使った運動をしたりすることで体力がついてきている。
- 意欲の差がある。「すすんで」となるとまだまだである。参加率が悪くなっている活動に関しては工夫や呼びかけが必要である。
- 体力テストでは、全体的にどの種目も市の平均を下回っている。

〈中田小学校 体育・健康に関する指導の目標・方針〉

- 運動の楽しみ方、学び方、安全な生活について自分で考え、判断し、他者との豊かなかわりから学ぼうとする力を育てます。
- 心や体の健康に関心をもち、いろいろな運動に親しもうとする態度を育てます。
- 生涯にわたって、心身ともに健康で豊かな生活を送れるようすべての教育活動を通して、健康の保持増進に関する実践力と確かな健康観を培います。

教科

《体育科・保健体育科での取組》

国語
社会
算数
理科
生活
音楽
図工
家庭
体育

- 見通しをもって、すすんで運動を楽しむ。
 - 友だちと学び合い、高め合える関係づくり
- 遊びづくり 運動との
↓ よりよい
運動づくり 関係

領域

道徳

主として自然
や崇高なもの
とのかわり
に関すること

外国語活動

コミュニケーション

総合的な学習

・横浜の時間
・学年学級でつくる時間

特別活動

・学級活動での取組（大縄等）
・体育委員会企画の取組（マラソン大会等）

食教育

①食の重要性②心身の健康③食品を選択する能力
④感謝の心⑤社会性⑥食文化

朝の時間、休み時間を利用した体づくりや体づくりを目指した行事の取組

学校行事

さわやか班活動 遠足・校外学習 上郷宿泊体験学習 箱根宿泊体験学習 日光修学旅行
水泳大会 体育大会 球技大会 学校保健委員会
※体育委員会運営… 体育オリエンテーリング（外遊び週間） みんなで走ろう マラソン大会

保護者や「まち」との連

保護者ボランティア（いきいきキッズ等） 各種コラボレーター
地域ボランティア レッドキャップス 学援隊

特設クラ

スポーツクラブ 水泳
マーチングバンド

さわやか笑顔へ ホップ ステップ ジャンプ

ホップ
自分のこと
や体力を
知ろう

5月	新体力テスト	行事 体育
	全学年全種目実施。	
通年	保健指導	月1回 朝学習
	養護教諭が中心となって、体や心の健康指導を行う。	

ステップ
体を動かす
ことの楽しさ
を知り、進んで
運動しよう

通年	中休み	中休み
	30分間という長い休み時間・広い校庭を利用して、自由に遊ぶ。クラスレクを行ったり、担任と一緒に遊んだりする。	
通年	いきいきキッズ	月2回 中休み
	保護者ボランティアを中心に活動を行う。ドッチビーやダブルダッチなどのニュースポーツも取り入れた遊びの交流活動。	
通年	朝のさわやかタイム 始業前8:15~8:20に3分間走を行う。朝走る目的だけでなく、朝の日の光を浴びて目を覚まし、1日元気に過ごそうというめあてがある。	始業前
6月	マラソン貯金	始業前
12月	体育委員会が中心になって活動する。朝のさわやかタイムに積極的に参加できるように、走った距離を表にまとめていく。年3回行う。	
2月		
12月	みんなで走ろう	中休み
	中休みに全校で5分間走。校庭のトラックや遊歩道（1周約450m）を自分のペースで走る。	

ジャンプ
自分や団体の記録
に挑戦し、体力向上
を実感しよう

1月	マラソン大会（3~6年）・ペース走記録会（1・2年）	行事 体育 中休み
	3・4年は1000m・2000m、5・6年は2000m・3000mのどちらかを選択して走る。1・2年は5分間で何周走れるかを記録する。大会当日は保護者ボランティアにも参加してもらい運営する。	
1月	中田新春マラソン	休日
	地域主催のマラソン大会。中田小をスタートし、学校周辺を2000m走って回る。児童の参加は自由	
2月	なわとび大会	中休み
	全学年全学級なわとび大会に向け、長なわの8の字跳びを練習する。年度の終盤ということもあり、クラスが団結する場としても盛り上がっている。	

年間計画的な活動

学校保健委員会

体力向上に関するテーマに向けて、1年間学校全体で取り組む。

【朝の特設スポーツクラブ（始業前）】

5、6年生の希望者が参加し、毎週火・金に活動をしている。

〇ねらい

- ・スポーツに親しむ経験を通して、心身ともに健康な子どもを育てる。
- ・運動会（5.6年）区球技大会（5年）マラソン大会 に向け陸上やボール運動の技能を高める。
- ・記録会や地域の大会に向け、めあてをもって活動に取り組む。