

# 「 タイム」(体育的活動)」

体育的活動とは・・・

学校における体育・健康に関する指導全体を指し、具体的には業前・業間などの体育科の時間以外の  
体力の向上および、心身の健康の保持増進に関する指導のこと。

例)・体育朝会 ・運動会などの体育的行事 ・体育集会  
・休み時間に行う運動遊び

## 1 ねらい

- 運動遊びの楽しさを味わわせる。
- 遊びの種類を増やす。
- 遊ぶ時間を確保する。
- 友達とのかかわりを大切にし、人間関係やコミュニケーション能力を育む。
- 身体を使った遊びを通して、基礎的な体力をつける。(体力向上)
- その他

## 2 時間

- 朝休み(業前)      中休み      昼休み      放課後      学級活動
- その他

## 3 場所

- 校庭(広さ:約      m×      m)      体育館      屋上      中庭
- その他

4 教員数(      名)      ※活動に関わることのできる教員数(      名)

## 5 活動形態

- 学校全体( 一斉型:クラス単位で動く      選択型:個人の選択で動く)
- 学年だけ(      年)      クラスだけ      自由      委員会など企画して
- その他

## 6 年間計画

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
体育的活動												

例) <大田区立梅田小学校の体育的活動の年間計画>

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
体育的活動	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center;"><b>体育朝会</b></p> <p style="text-align: center;">○上学年と下学年で分かれて行う。      ○行う内容は事前に研修を組む。</p> </div>											
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center;"><b>梅田ハッピータイム</b></p> <p style="text-align: center;">・学級単位で運動遊びの場をローテーションし、様々な運動遊びに取り組む。</p> </div>											
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center;"><b>ロング昼休み</b>・昼休み後の掃除をなしにして、40分間を休み時間とする。</p> </div>											

## 7 頻度

週に1回     
 週に2回     
 隔週で1回(2週に1回)     
 その他

## 8 運動遊びの選択(参照:運動遊びの整理表)

## 9 場の設定

# UHT 梅田ハッピータイム（体育的活動）について

## ねらい

- いろいろな運動遊びを体験・体感することによって、運動の楽しさを味わわせていく。
- 休み時間や放課後の時間の運動遊びの枠（種類）を広げていく。
- 友達とのかかわりを大切に、日常的に運動に親しむ力を育てていく。（体力向上）

## 1 時間・場所

• 昼休み（12:55～13:20）の25分を活用する。

• 火…高学年 木…中学年 金…低学年

2週間に1回（各学級、月2回取り組む。）

基本的に第1週と第3週で行い、雨天などでできない場合は、翌週へ回す。

6月21日（火）から開始する。6月第3週からスタート。

• 校庭、体育館、中庭、屋上に運動遊びの場を設置する。

<体活 週予定>

曜日	月	火	水	木	金
体活	（ロング昼休）	高	/	中	低
自		低		低	中

## 2 実施方法

○1つの運動遊びに1回ずつ取り組む。また、1つの場に1～2学級で取り組むところもある。

運動遊びの場は8種類。

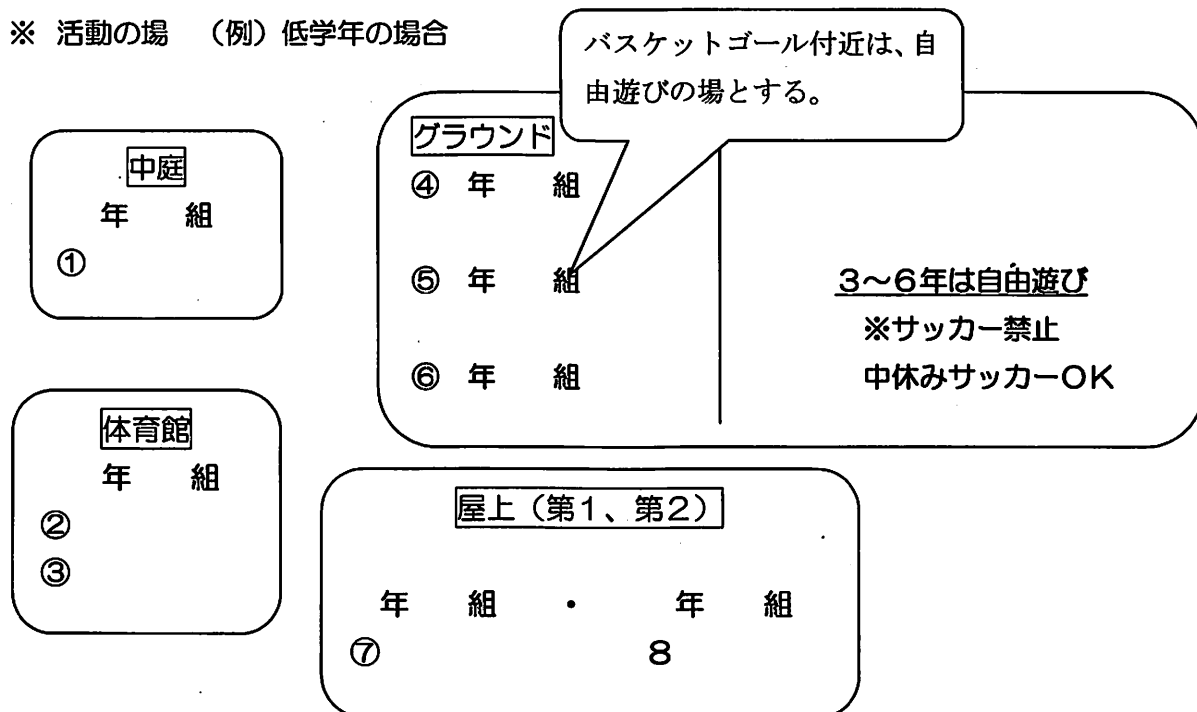
○低・中・高学年に分けて取り組む。やっていない学年は、校庭の3分の2で自由遊び。

○教員は、低・中・高・専科の4人1グループで組んで計画・実施する。自分のクラスの時は引率。

残りの3人のうち誰かが運動遊びの担当となる。その他の日、その他の教員は、安全管理・フリー。

○怪我・風邪などの児童は、クラスについていき、近くで見学をする。

### ※ 活動の場（例）低学年の場合



3 8つの運動遊びの内容 ☆実技研 6月14日(火) 15:30~ 体育館

○運動遊びについては、日常的にその運動に取り組めるように準備が手軽なものを設定する。

校庭 (3種類)	体育館 (2種類)	中庭 (1種類)	屋上 (2種類)
●リレー ●鬼ごっこ ●ろくむし	●ターザンロープ ●G ポール	●なわとび (短なわ・長なわ)	●リズムダンス ●体を使った遊び

昨年度

校庭 (2種類)	体育館 (2種類)	中庭 (1種類)	屋上 (3種類)
●どんじゃん ●鬼ごっこ	●ドッジビー ●体を使った遊び	●なわとび (短なわ・長なわ)	●ゴム跳び ●リズムダンス ●ミニ綱引き

4 活動の流れ

昼休み	活動内容
5分	①集合 ②ルールの確認
17分	③活動
3分	④振り返り ⑤挨拶

～振り返り方～

まず、その日の運動遊びが楽しかったかを聞きます。次に、友達のよい動きを発表させます。最後に、次回の予告や、休み時間にも取り組むよう声を掛けます。

5 今後の予定

4月
5月
6月 UHTⅠ①
7月 UHTⅠ②
8月

9月 UHTⅠ③④
10月 UHTⅠ⑤⑥
11月 区発表 UHTⅠ⑦⑧
12月 UHTⅡ①

1月 UHTⅡ②
2月 都小体研 UHTⅡ③④
3月 UHTⅡ⑤⑥

●UHTⅠ①～⑧は、6月から11月。クラスごとに回る。

●UHTⅡ①～⑥は、12月から3月。選択して好きな遊びに行く。←今後、要検討！

# ロング昼休み

## 1. ねらい

- ・児童がたくさん外遊びのできる時間を確保する。
- ・体力の向上を図る。
- ・友達同士の交流を図る。
- ・児童が、時間を気にせず思い切り遊べることにより開放感を得る、それにより精神的衛生環境を向上させる。

## 2. 実施方法

- ・毎月1回実施。
- ・昼休み後の掃除をなしにして、40分間を休み時間とする。(12:55~13:35)
- ・人数の多い学校であるが、子どもたちが遊び場所をすみ分けていく調整能力、協調性、思いやりの気持ちを育てるため、とくに各学年のエリア設定などはしない。  
今回は、サッカー以外のボール使用ありとして、様子を見てみる。
- ・教員は外に出て、児童の様子を見守ったり、安全指導をしたり、一緒に遊んだりする。
- ・児童は必ず外に出て運動遊びを行う。
- ・毎月、体育館と屋上を各学年に交代で割り振る。

## 3. 留意点

- ・体調不良や怪我などの児童は、各学年教員が一人残り、一つの教室に集めて室内で過ごさせる。

月	4 月	5 月	6 月	7 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月
体育館	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1
屋上	2	1	6	5	4	3	2	1	6	5	4