

令和5年度 全校運動遊び 杉二タイム 実施計画

1 ねらい

- ・全校で運動遊びに取り組む時間を意図的・計画的に設定することで日常的に運動に親しむ機会を増やし、子供たちの体力向上を目指す。
- ・大杉第二小学校の施設の特徴（広い校庭）を生かし、年間を通して朝マラソンを実施することにより、児童の生活リズムを整えさせ、児童が積極的に体力向上を図れるようにする。

2 実施日時

- (1) 朝マラソン 毎朝 8時00分～8時15分
(月曜日、持久走週間、運動会特別時程、雨天時、7・8・9月はのぞく)
- (2) 持久走週間 持久走記録会2週間前から前日まで
10時25分～10時35分（中休み）
- (3) 縦割り班遊び 5月、11月、1月、2月の各月1回、計4回
- (4) 学級遊び 7月、9月

3 年間計画

4月	5月	6月	7月	9月	10月
朝マラソン	朝マラソン 縦割り班遊び	朝マラソン	学級遊び	学級遊び	朝マラソン
11月	12月	1月	2月	3月	
朝マラソン 縦割り班遊び (縄跳び遊び)	朝マラソン	持久走週間 縦割り班遊び	持久走週間 縦割り班遊び	朝マラソン	

4 運動遊び内容年間計画

		4月	場所	5月	場所	6月	場所	7月	場所	9月	場所	10月	場所
内 容	1 年	・クラス遊び ・6年生との異学年交流遊び	校庭	・クラス遊び ・縦割り班遊び ・6年生との異学年交流遊び	校庭 公園	朝マラソン	校庭	学級遊び	校庭 (体育館)	学級遊び	校庭 (体育館)	朝マラソン	校庭
	2 年	朝マラソン	校庭	・クラス遊び ・縦割り班遊び	校庭 公園	朝マラソン	校庭	学級遊び	校庭 (体育館)	学級遊び	校庭 (体育館)	朝マラソン	校庭
	3 年	朝マラソン	校庭	・クラス遊び ・縦割り班遊び	校庭 公園	朝マラソン	校庭	学級遊び	校庭 (体育館)	学級遊び	校庭 (体育館)	朝マラソン	校庭
	4 年	朝マラソン	校庭	・クラス遊び ・縦割り班遊び	校庭 公園	朝マラソン	校庭	学級遊び	(体育館)	学級遊び	校庭 (体育館)	朝マラソン	校庭

	5 年	朝マラソン	校庭	・クラス遊び ・縦割り班遊び	校庭 公園	朝マラソン	校庭	学級遊び	校庭 (体育館)	学級遊び	校庭 (体育館)	朝マラソン	校庭
	6 年	・朝マラソン ・1年生との 異学年交流遊び	校庭	・クラス遊び ・縦割り班遊び ・1年生との異学 年交流遊び	校庭 公園	朝マラソン	校庭	学級遊び	校庭 (体育館)	学級遊び	校庭 (体育館)	朝マラソン	校庭

		11 月	場所	12 月	場所	1 月	場所	2 月	場所	3 月	場所
内 容	1 年	・朝マラソン ・縦割り班遊び (縄跳び遊び)	校庭	朝マラソン	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び ・6年生との 異学年交流 遊び	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び (外遊び) ・6年生との 異学年交流 遊び	校庭	朝マラソン	校庭
	2 年	・朝マラソン ・縦割り班遊び (縄跳び遊び)	校庭	朝マラソン	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び (外遊び)	校庭	朝マラソン	校庭
	3 年	・朝マラソン ・縦割り班遊び (縄跳び遊び)	校庭	朝マラソン	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び (外遊び)	校庭	朝マラソン	校庭
	4 年	・朝マラソン ・縦割り班遊び (縄跳び遊び)	校庭	朝マラソン	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び (外遊び)	校庭	朝マラソン	校庭
	5 年	・朝マラソン ・縦割り班遊び (縄跳び遊び)	校庭	朝マラソン	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び (外遊び)	校庭	朝マラソン	校庭
	6 年	・朝マラソン ・縦割り班遊び (縄跳び遊び)	校庭	朝マラソン	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び ・1年生との 異学年交流 遊び	校庭	・持久走週間 ・縦割り班遊び (外遊び) ・1年生との 異学年交流 遊び	校庭	朝マラソン	校庭

5 各運動遊びについて

(1) 朝マラソンについて

① ねらい

大杉第二小学校の施設の特徴(広い校庭)を生かし、年間を通して朝マラソンを実施することにより、児童の生活リズムを整えさせ、児童が積極的に体力向上を図れるようにする。

② 取組期間

7～9月を除いた年間(月曜日、持久走週間、運動会特別時間割時はのぞく。)

③ 取組方法

- ・ 年度初めに「承諾書」を取り、参加・不参加がわかり次第実施を開始する。
(1年生の実施は6月〈スギニ体育大会終了後〉から行う。)
- ・ 健康観察は、家庭で行う。
- ・ 学級担任は、4月(1年生は6月)の取組が始まる前に取り組み方や準備運動の仕方を学級指導する。
また、年間を通して学級の児童の取組状況を把握しておく。
- ・ 安全対策として、職員全員がAED講習を受ける。

④ 看護当番(日直以外)の動き

- ・ 校庭にコーンを置く。
- ・ 低学年昇降口付近(北側)に一人、トラック付近に一人が立ち、参加と準備運動の声掛けや安全管理を行う。

⑤ 児童の動き

- ・ 朝登校したら、ランドセルを昇降口に置き、準備運動をする。
- ・ 原則**校庭を2周**走る。走る距離等は自分自身の体調を考えて走る。
- ・ 走る場所は、低学年100mトラック、高学年140mトラックとする。
- ・ 走り終わったら、息を整え教室に入り、朝の支度をする。

(2) 持久走週間について

① ねらい

大杉第二小学校の施設の特色(広い校庭)を生かし、年間を通して体力づくりを行い、生活リズムを整えるとともに、寒さに負けない体と心を鍛える。

② 内容

持久走記録会2週間前から前日までを持久走週間とする。児童全員が目標周数を達成できるように取り組ませる。

③ 時間

10:25～10:35 (B時程10:10～10:20)

④ 場所

1・2・3年 内側100mトラック 4・5・6年 校庭140m回り

⑤ 担当学年の仕事 (1人が朝礼台で全体指示)

- 1) 校庭にラインを引く。 ※持久走週間中はトラックのラインは常に引いておく。
- 2) 持久走開始3分前に体操の音楽が流れるので、各学年のスタート位置に移動して体操をするよう、マイクで話す。
- 3) 持久走の音楽が流れたら練習が始まるので、マイクで児童の安全管理や励ましを行う。
- 4) 終わったら手洗い・うがいを促す。

⑥ 注意点

- 1) 無理な追い越しや、追いかけっこによるケガを防ぐため、事前に走り方の指導をする。
- 2) 音楽は各学年の教員が担当する。
- 3) 看護当番は20分休みの放送で外に出よう必ず促す。

⑦ その他

- ・ 持久走カードは、走った周数分を塗らせることで、目標周数を達成できるようにさせる。
- ・ 持久走カードに塗ることができるのは、音楽が流れている間に走った分とする。
- ・ 学年行事等で担当学年が不在となる場合は、事前に学年間で交換等の交渉を行う。

(3) 縦割り班遊び

① ねらい

異学年集団による交流活動を通して、望ましい人間関係を形成し、集団の一員としてよりよい学校づくりに参画し、協力して諸問題を解決しようとする自主的、実践的態度を育てる。

② 内容

広い校庭を活用し、縦割り班で外遊びに取り組ませる。

③ 実施月

5月縦割り班遊び、11月縄跳び遊び、1月縦割り班遊び、2月外遊び(昼休み)

④ グループ構成

- ・ 1～6年で構成された16名程度のグループを作る。
- ・ 基本的に、青(1組)・黄(2組)・赤(3組)の縦割りとする。
- ・ 担任は、男女のバランス、リーダー性、人間関係等を考慮して構成を考える。
- ・ 特に配慮の必要な児童は、連絡会等において全体で確認する。

(4) 学級遊び

① ねらい

学級集団による交流活動を通して、望ましい人間関係を形成し、集団の一員としてよりよい学級づくりに参画し、学級全体の交流を図る。

② 内容

- ・ 学級や授業内などで運動を紹介し、学級全員で外遊びをさせる。
- ・ 固定遊具を使つての運動も紹介し、休み時間中の外遊びをさせる。(低学年)

③ 実施月

7月・9月(20分休み、昼休み)

④ 分担

- ・ 日直は外遊びをするように放送で呼び掛ける。
- ・ 各担任は外遊びに行くように児童に声掛けをする。

⑤ 留意点

- ・ 生活指導の問題や、児童の体調の問題、学級指導を除いては、基本全員外遊びを継続的に声掛けしていく。
- ・ 外遊びのルール(よいこの一日)の指導を徹底する。