

滝五小

K S P

東京都体育健康教育推進校



体力向上

たくさん運動したり遊んだりして
強いからだをつくる

食べることの大切さを学び
豊かな食生活を送る

食育

健康安全

健康で安全な生活を考え
元気なからだをつくる

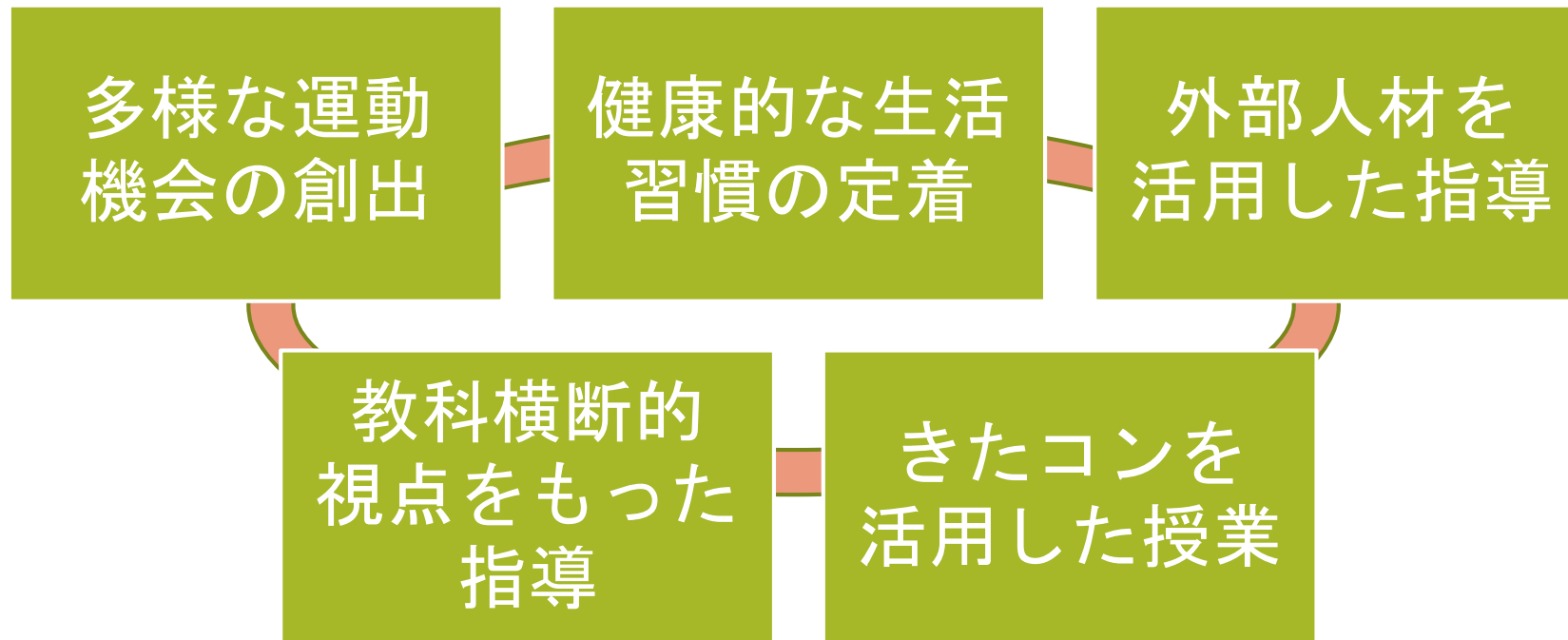
心も体も元気な滝五の子

校内研究

令和4年度、5年度 東京都小学校体育研究会 研究協力校

研究主題

「一人一人の児童が課題を見付け、主体的な学びを実現する体育学習」
～「できた」喜びを味わえる授業づくりを通して～



研究授業

5月 4年「フラッグフットボール」

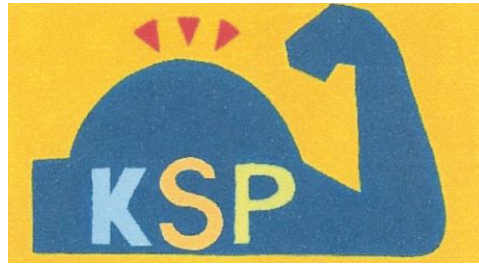


研究授業

6月

5年「ハードル走」





体力向上分科会

滝五タイム

- ・ 週に1回程度 20分休み
全校で実施
- ・ 校庭16種目、体育館1種目の運動



体力テストに向けた取組

- 「めあてカード」作成
- 各種目の説明動画を作成
- 投運動の練習の場を設定
自主的に練習



その他の 体育的活動

- ・ 体育朝会
- ・ なわとび月間（短縄、長縄）
- ・ マラソン月間
- ・ なわとび出前授業（令和4年12月）





食育分科会

食育授業

- ・生活科、総合的な学習の時間等の学習と関連させた授業を実施。
- ・ゲストティーチャーを招き、出前授業



調理員・栄養士 との学習

- ・ 5, 6年家庭科調理実習で、調理員より食材や調理方法などを学ぶ。
- ・ 1年「給食を知ろう」給食室の様子などを学ぶ。

もりもり給食 ウィーク

- ・ 保健給食委員会の取組
- ・ 「給食を残さず食べよう」2週間実施し委員会よりしおりを配布する。



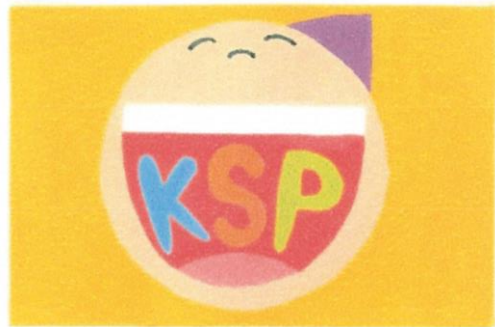
かみかみ献立

- 良く噛んで食べる習慣を付ける。
- 5年保健学習「良くかんで食べよう」授業と連携



保護者連携

- 夏休みに募集
- 家庭の自慢料理、親子で一緒に作る料理 など
- お昼の放送で紹介



健康安全分科会

さわやかタイム

- ・ 毎週水曜日 朝の時間に実施
- ・ 「滝五小しせいストレッチ」
- ・ 「ビジョントレーニング」
- ・ 「ソーシャルスキルトレーニング」



健康教育 講演会

令和4年12月3日（土）ZOOMにて開催

「子どもにとって幸せな“睡眠”のひみつ」

講師 文教大学教育学部教授 成田奈緒子先生、臨床心理士、上岡勇二先生

しせい 講習会

令和5年5月20日（土）

「心とからだの のびのび育つ！しせいのひみつ」 ＝成長に大切な3つのポイント＝

講師 理学療法士 矢口拓宇先生

低・中・高学年に分かれて、背骨の仕組みやよい姿勢と健康との関わり、正しい姿勢の保ち方等について、保護者と共に学習しました。



生活ふりかえりカード

- ・ 夏、冬休みの終わりから 1 週間実施
- ・ 生活リズムを整える
- ・ 寝る時刻、起きる時刻、スクリーンタイムの時間は、家庭で相談して取り組む。

校内安全マップ

- ・ 保健給食委員会の取組
- ・ 校内のけがについて調べ、マップを作成
- ・ けがを予防するために気をつけることを発表する



その他の取組

◆実態調査 児童、保護者対象 3回目は令和5年11月実施予定

◆「集まれ！元気キッズ」
様々な運動にチャレンジしている児童や、
家庭で行っている健康法など募集
お昼の放送で紹介
(令和4年12月～2月)



- ◆環境整備
- ・ 登り棒、鉄棒、バスケットゴール、朝礼台、けんぱステップの塗装 安全点検
 - ・ 竹馬の購入 一輪車、フラフープの補充
 - ・ 投てき用ネットの購入