

(様式4)

校 種	小・中 どちらかに○	学校番号	1 3	学校名	宇都宮市立峰小学校
-----	---------------	------	-----	-----	-----------

令和5年度 健康（体力・保健・食育・安全）に関する取組

1 健康（体力・保健・食育・安全）に関する主な実態

(1) 定期健康診断・元気っ子健康体力チェックから

身体測定の結果を全国の平均値と比較すると、身長は、1年生の男子、2年生の女子、3年生の男女、4年生の男女、5年生の男女において、全国平均値を上回り、2年生の男子においては、全国平均値を下回った。また、肥満傾向児童の出現率は、男子が9.2%、女子が9.4%であり、女子は、全国・県と比べて高い出現率である。視力は、学年が上がるにつれて低下傾向にあり、裸眼視力1.0以上の児童の割合は、全国・県と比べると低い。歯科はむし歯が1本もない児童が61.0%、処置完了者が29.4%と、全国・県と比較しても高い。しかし、1人で何本もむし歯をもつ児童や受診勧告をしても受診しない児童も多く、定期的な働きかけが必要である。

元気っ子健康体力チェックの結果を全国の平均値と比較すると、男女ともに全国平均を下回っている種目が多い。種目別で見ると、男子は、上体起こし、反復横跳び、シャトルランの記録が低く、50m走や握力の記録は全国平均とほぼ同様である。女子は、上体起こし、反復横跳び、シャトルランの記録が低く、立ち幅跳びの記録は全国平均とほぼ同様である。このことから、本校児童は、短い距離を走る能力はおおよそ身に付いてはいるが、動きを持続する能力とすばやく動作を繰り返す能力に課題があることが分かる。総合判定においては、AとB判定などの運動が得意な児童とDとE判定などの運動が苦手な児童とで二極化している傾向がある。このことから運動が苦手な児童が運動を楽しく行いながら、体力を向上できるように工夫をしていく必要がある。そして、引き続き教科体育に児童が楽しく進んで運動ができるよう授業を工夫したり、休み時間に外遊びを積極的に行えるように環境を整えたりや働きかけたりをしていくことが必要である。

(2) 元気っ子健康体力チェックのアンケート及び国・県・市の児童生徒質問紙・学校質問紙

などから（※体力・保健・食育・安全について、それぞれ記入する。）

体力面については、学校質問紙の結果から「各種検定カード等をもとに、めあてをもって運動に取り組んでいる」の肯定的割合が、教職員100%、保護者73.6%、児童89%となった。なわとび検定においては、委員会活動による下級生への支援を行った。また鉄棒や跳び箱の学習においてもカードを活用し、意欲と技術の向上に努めた。しかし、保護者の肯定回答が80%を下回っているため、学年便りなどによる情報の発信を行い、周知を図る。

保健については、「食後丁寧に歯みがきをしている」の肯定的回答が児童92.6%、保護者88.1%である。コロナ対策をしながらの実施となっているが児童の肯定的回答は前年度を下回った。引き続き家庭と連携して歯科指導の充実を図る必要がある。

食の面については、「朝食を欠かさず食べている」の肯定的回答は96.2%と昨年度よりも上回ったが、「好き嫌いをせずに食べている」の肯定的回答は87.2%となり、昨年度よりも下回った。苦手なものでも一口は食べるよう声を掛けたり振り返りカードを活用したりして、バランスよく食事をする事の大切さに気付けるようにしていく。

安全面については、交通安全教室や避難訓練に臨む態度から、安全に関する意識の向上が見受けられる。

(3) 授業や健康安全・体育的行事等への取組状況から

(※体力・保健・食育・安全について、それぞれ記入する。)

体力については、児童は体育の授業に意欲的に取り組んでいる。特に、なわとび検定など学校全体で取り組んでいる検定は、意欲的に行う傾向にある。反面、運動の種類によっては、低学年から系統的な指導が必要なものがある。水泳運動やマット運動、跳び箱運動、鉄棒などの技の習得である。この指導をより充実させる必要がある。

休み時間の過ごし方では、低・中学年は休み時間ごとに鬼遊びやドッジボールなど、バリエーションに富んだ遊びをしている。また、一輪車や竹馬、固定遊具を使った遊びも見られる。高学年は、ボール遊びや鬼遊びなど外遊びをする児童が見られるが、外で遊ぶ児童と遊ばない児童の二極化が見られる。今年度は運動委員による運動する機会などを通して、体を動かすことの快さを感じさせながら体力の向上を図っていききたい。

保健については、養護教諭や学校歯科医、歯科衛生士による保健指導の他に保健師などの外部講師を招いた指導も取り入れており、より専門的な指導の充実を図っている。

食に関しては、給食委員会による献立の放送や学校栄養士とのTTの授業など、専門的な指導を受けることによって、健康教育への意欲付けを強化している。

安全については、交通安全教室で登下校時の歩き方や自転車の乗り方などを振り返る機会を設けるとともに、普段の学校生活でも適時担任から指導している。

2 今年度の重点目標

- (1) 元気っ子チャレンジや各種検定への積極的な参加、自発的なあいさつと返事の励行
- (2) 「元気っ子健康体力チェック」の活用等による進んで運動に親しむ態度の育成、自己の健康増進に向けた生活習慣の定着

3 今年度の取組（「第2次宇都宮市学校教育推進計画後期計画」に関する取組は文頭に★，「令和5年度指導の重点」に関する取組は文頭に□）

(1) 食育の啓発及び生活習慣の育成

□学級活動において、食育指導を行ったり、学校栄養士と連携した授業を行ったりして、食事の重要性や栄養バランスなどについて指導する。

★おにぎりの日やお弁当の日を活用して、食事について親子で共に考えたり、食への関心を高めたりする機会を設ける。

・マナーを守って楽しい食事ができるように、給食の時間にマナーに関する放送をしたり廊下の掲示物を充実させたりして、食や栄養に対する意識を高める。

(2) 健康・体力の向上

□各種検定カードや「うつのみや元気っ子チャレンジ」を活用する。

□元気っ子体力チェックを活用した運動習慣の定着。

★□教科体育の初めの時間に補強運動を取り入れ敏捷性・持久力・投力の向上を促す。

★□健康診断の結果から、迅速な事後指導や事後措置を行い、担任と連携しながら病院受診を促したり、健康の保持増進のための支援や指導を行ったりする。

★□臨時の健康診断や年3回の身体測定の実施など、年間を通して、児童の健康状態の把握を行うとともに、児童自らも自分の健康に関心をもてるようにする。

・様々な感染症や食中毒の予防など、適切な衛生管理や生活指導を行い、自己の健康管理ができる児童を育成する。

□日常の姿勢指導や「目の体操」を行い、視力低下の予防を図る。

(3) 家庭・地域との連携協力

- ★□保健だよりや食育だよりを通して，家庭と連携しながら児童の育成を図る。
- ★□学校保健・給食委員会を開催し，家庭や学校関係者と連携・協力しながら，「健康・体力・食育・安全」の健康課題について取り組む。
- ★・歯みがき指導（きらきらクラブ）の実施にあたり，保護者や地域ボランティアに協力を呼び掛ける。
- ★・陽東地域学校園で，歯，目，姿勢の健康に関する取組を系統的・継続的に行う。