

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
 - ・学年が上がるにつれて、視力低下が進んでいる。
 - ・歯科検診結果から、永久歯への生え変わり時期である3～4年生のブラッシングの難しさが見られる。また歯肉や歯垢の状態を指摘される児童が約8割である。
 - ・ボール投げ、立ち幅跳びでは全国平均を下回った学年が多い。学年別、男女別によって結果が異なるが、学校全体において全国平均を下回っている項目が多い。
 - ・男女ともに、50m走の結果は全国平均を上回る学年が多い。

- (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。）
 - ・「休み時間などに進んで運動している。」の項目においても、肯定割合が9割と高い結果であった。
 - ・「毎朝、朝ごはんを食べていますか。」では、肯定割合が全ての学年において9割以上であった。
 - ・「食生活について」のアンケートでは、学年によって異なるが市の肯定割合を下回っている項目が多い。「好き嫌いをしないで食べていますか。」の項目では、肯定割合がほとんどの学年で9割以下という結果となった。また、「食事のマナーに気を付けていますか。」の項目では、学年によって差が見られた。
 - ・「安全について」のアンケートでは、全項目において肯定割合が9割以上となっており高い割合を示している。

- (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。）
 - ・運動を好む児童とそうでない児童の二極化が見られるが、授業や体育的行事等には進んで参加する児童が多い。楽しく活動できるが、さらに上手になろう、記録を伸ばそうという向上心が不足しているように思われる。
 - ・学級活動や体育科における保健の授業、健康委員会の活動等を通して、意欲的に健康について学ぶ姿が見られる。
 - ・好き嫌いをしている児童が多く見られたが、学校栄養士を中心として様々な取組みを行うことで、給食を残さず食べようとする意識が育ってきた。
 - ・安全については、交通量の多い通学路があり学校と地域の方々と協力して登下校を見守りながら安全指導を行ってきたこともあり、アンケートの結果からも児童の安全に対する意識は高いと考えられる。

2 今年度の重点目標

- ・ 自分の健康に気をつけて自らの健康を管理ができるよう保健教育・食育・安全教育を推進し、学級活動、体育、学校行事と関連を図った日常の生活指導の充実に努める。
- ・ 危機を予測し自らの命を守り抜く行動力を育成するため、交通安全教室、避難訓練等を計画的に実施するとともに、体育や日常指導における安全指導の充実に努める。
- ・ 運動に親しもうとする態度を育成し、体力の向上を図るため、体育等で学年に応じた体力づくりを実施するとともに、休み時間の外遊びや八幡山などの教育資源を活用した行事等を行う。
- ・ 児童が体力向上や健康増進に係る目標をもって取り組む活動を重視し、目標の達成に向けた児童の努力を認め励まし、**自己肯定感を高められるよう**にする。
- ・ 「元気アップ教育」の年間指導計画に基づいて、体力向上、保健教育、食育、安全教育それぞれの充実と関連を図り、児童が健康に生活できる心と体を育む。

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）運動に親しもうとする態度や能力の育成

- ・ 学びを継続し、特に投力と跳躍力を高める運動に重点をおき、投力と跳躍力の向上の補助運動の取り組みを周知し実施する。
- ★□元気っ子健康体力チェックの結果を踏まえ、重点種目を明確にして教科体育で継続的に補強運動を取り入れたり、授業内容を工夫したりして体力の向上に努める。
- ★うつのみや版ミニマム達成を意識して、教科体育で発達段階に合わせた運動を行う。
- ・ ICTを有効活用することで、体育の授業を充実させる。
- ・ 器械運動（マット、跳び箱、鉄棒）と水泳運動の領域で指導の系統表を参考にすることで、学校として系統性をもった一貫した指導を目指すとともに、技の達成に向けたスモールステップの指導内容を充実させることで、児童が目標達成に向けた努力の見通しをもてるようにする。
- 水泳、縄跳び、鉄棒がんばりカードを使用することで、児童が自ら意欲を持って運動に親しめるよう工夫する。
- 運動委員会における児童の自治的活動を充実させ、ミニスポーツ大会などの行事を通して運動の楽しさにふれる機会とする。
- 休み時間の過ごし方の工夫や運動用具の貸し出しなど、児童が体を動かす機会を増やし、運動を日常化できるように努める。
- ・ 地域の自然（八幡山公園）を活用した体育的行事(山野横断持久走大会)を実施し、意欲をもって楽しみながら運動を行わせるとともに、起伏ある活動場所での体力の向上を図る。
- ・ 体育的行事(八幡山ウォークラリー大会6月、運動会10月、山野横断持久走大会11月)では、事前に地域に周知したり、当日の保護者協力を依頼したりして、地域との連携を図りながら運動に親しむ場を設定する。

(2) 健康を大切に管理する態度の育成

- ★健康診断・健康観察を適正に実施し、疾病の早期発見に努め、事後措置の徹底を図る。
 - ・家庭科や学級活動において、学校栄養士とのTTにより食と健康についての授業内容を充実させ、心身の健康育成と健全な食生活について児童の意識の高揚を図る。
- 学校保健年間指導計画に基づいて、保健の学習や学級活動において、養護教諭とのTTによりきめ細かな指導を行い、自分の健康について関心を持って生活を送ることができるようにする。
- 委員会活動の取り組みを工夫し、児童が自分の体や健康について関心をもち、進んで健康的な生活を送れるようにする。
 - ・「保健だより」を定期的に発行し、健康な生活の仕方などに関する情報を知らせ、健康な生活習慣の定着や薬物乱用、心の健康、感染症の問題などの課題について理解を深め、健康についての意識の啓発を図る。
 - ・保健所や薬剤師等と連携して、薬物乱用防止教室を実施し、薬物乱用の現状や心身への弊害等を身近な問題をしてとらえ、薬物の誘惑に対する適切な対処法を身に付けられるようにする。
- 歯の健康を守るために、給食後の歯みがきタイムを充実させる。また、学校歯科医と連携して歯の健康教室（3年）を実施しすることで、正しいブラッシングの仕方を習得できるようにする。

(3) 望ましい食習慣の形成

- ★□望ましい食習慣の形成のため、日常の給食指導において、食事のあいさつ、はしや食器の持ち方、正しい姿勢等の食事のマナーを指導する。
 - ・食事の重要性や栄養のバランスなどについて正しく理解できるよう、学校栄養士によるT2での指導参加を計画的に実施するとともに、偏食をしない心がけを日常の給食時に指導する。
 - ・給食の準備、片付け等において、手洗いや給食当番の身支度など、衛生面の充実を図る。
 - ・ランチルームを利用し、給食環境づくりを進めるとともに、会食や交流給食を通して、楽しい雰囲気の中で好ましい人間関係や豊かな社会性を育てる。
- ★お弁当の日を通して、食への関心を高めるとともに、感謝の心を育む。
 - ・「食育だより」を定期的に発行し、家庭と連携を深めながら、食育を実際の生活につなげるとともに、地産地消の理解につなげる。

(4) 危険を予測し、自らの命を守り抜くための行動力の育成

- ★□交通安全教室、不審者や竜巻を想定した避難訓練・防犯教室では、関係機関と連携協力したり、体験的に活動する場を設けたりしながら実践し、理解を深められるようにする。
 - ・不審者情報などの情報を提供して、地域ぐるみで安全対策を進める。