

(様式4)

校 種	小 ・ 中 どちらかに○	学校番 号	4 9	学校名	宇都宮市立雀宮南小学校
-----	-----------------	----------	-----	-----	-------------

令和6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

- ・本校の平均値と全国、県の平均値を比較すると、身長は男子が3年生を除き下回っている。女子は2, 5, 6年生で上回ってるが1, 3, 4年生で下回っている。体重は男子が3, 6年生を除き下回り、女子は5年生を除き下回っている。肥満傾向児は全国と比較すると、男子は全学年で下回り、女子は5年生を除き下回っている。身長、体重、肥満傾向時の割合は、全国平均を下回る学年が多く、比較的小柄な体格であると言える。
- ・体力テストの結果、反復横跳びと20mシャトルランについては全国平均を上回るか同程度の学年が多く、握力、上体起こし、ソフトボール投げは、全国平均を下回る学年が多い。また、長座体前屈・50m走・立ち幅跳びは全国平均と同程度の学年が多いということが分かった。以上のことから、本校の児童は跳躍力、全身持久力、走力といった運動分野が得意で、握力、筋持久力、投力に課題があると言える。
- ・体力テストの総合評価における(A+B) - (D+E)率は男子が約5ポイント、女子が約14ポイントであり、令和4年度の結果から増加した。

(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。）

- ・「運動やスポーツをすることは好き」「運動やスポーツをすることが得意」と答えた児童の割合は市の肯定割合と同程度であった。運動部やスポーツクラブに所属している児童の割合は市の平均を下回っている。
- ・「早寝早起きを心掛けている」と答えた児童の割合は市の肯定割合を下回っている。
- ・「健康診断で指摘されたところは早めに治療している」と答えた児童の割合は市の肯定割合を下回っている。
- ・「毎日朝食を食べている」「好き嫌いをせずに食べている」と答えた児童の割合は市の肯定割合を下回っている。
- ・「行事食や郷土食を知っている」「家庭で行事食や郷土食の話題が出る」と答えた児童の割合は市の肯定割合を下回っている。
- ・「交通ルールを守っている」と答えた児童の割合は市の肯定割合を上回っている。

(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。)

- ・運動会は令和2年度に感染症対策として内容や種目を精選して以来、状況に合わせて各学年で内容を工夫し、個人・団体種目を実施している。また、上学年児童はソーランにも取り組み、活躍の場となっている。
- ・持久走記録会、なわとび検定、水泳検定（地域学校園共通）など、体育の授業内容と関連させ、児童が自分なりに目標をもって運動に取り組めるような機会を設けている。児童の実態に合わせて検定カードも改善し、多くの児童が各種検定に熱心に取り組んでいる。
- ・保健の授業では、6年生で薬物乱用防止教室を宇都宮南警察署へ講師を依頼し実施している。また、4年生の「育ちゆく体とわたし」では、思春期に起こる体と心の変化について、養護教諭と連携して授業を行っている。
- ・感染症予防として、学級活動で1年生対象の学校薬剤師による手洗い指導を行い、担任、養護教諭と連携して指導を行っている。
- ・食育については、全学年対象のおにぎりデー及びお弁当の日（地域学校園合同で実施）を設け、食品を選択する能力の育成など食に関する知識を学ぶ機会としている。また、年2回学校園食事マナー週間を実施し、自身の食事マナーを振り返り、家庭と連携しながら好ましいマナーを身に付ける機会としている。
- ・安全については、全学年を対象にした交通安全教室及び様々な状況を想定した避難訓練を実施している。

2 今年度の重点目標

- ・自分の運動能力や体力への関心を持ち、進んで運動に取り組もうとする態度の育成
- ・健康に関する知識を正しく理解し、健康で安全な生活を営んでいこうとする意欲の向上
- ・自分で決めた目標に向け、粘り強く取り組む心と体のたくましさの涵養
- ・自らの食生活を振り返り、望ましい食習慣の形成に向けて自ら改めようとする態度の育成
- ・安全を心掛け、自ら危険を予測して回避するための判断力・行動力の育成

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6年度指導の重点」に関する取組は文頭に□）

(1) 自分の運動能力や体力への関心を持ち、進んで運動に取り組もうとする態度の育成

★・進んで運動に取り組む児童を増やすための取組

児童がそれぞれの運動がもつ楽しさを味わい、自己の運動能力の変容や成長を感じられるように授業展開を工夫する。また、友達と一緒に体を動かす楽しさを感じられるような活動を委員会活動等と関連させて実施する。

□・補強運動の実施（握力、全身持久力、投力の向上に向けて）

握力、筋持久力、投力の向上に向けて効果的な運動をサーキットトレーニングや準備運動の中に位置づけ、体育の授業の中で継続して取り組めるようにする。

- ・ICTを活用した体育の授業の実施

特に器械運動や走・跳の運動においては、自分や友達の動きを撮影して見返すことにより自分たちで課題を見付けることができる。それらを互いにアドバイスし合いながら修正していく過程で運動における自己調整の力も育みたい。また、NHK for schoolなどの動画資料も効果的に活用していく。

- ・業間及び昼休みにおける外遊びの奨励

遊具、一輪車、竹馬、ボールなどを使用した遊びを体験することで、その中から発展する運動に親しむ態度を育成する。また、サッカー、バスケットボール、ドッジボールなど、各種球技のコートを開放し、児童が遊びの中で多様な運動に触れる機会を増やす。ロング昼休みはクラス遊びを奨励し、良好な仲間づくりを目指す。

- ★・「コロナ・リカバリープラン」の実施

「うつのみや版ミニマム」や「うつのみや元気っ子チャレンジ」などを活用し児童の運動機会の創出に努める。児童が目標達成に向けて継続して取り組んだり、個人・グループで楽しみながら運動に親しんだりできる機会を増やしていきたい。

(2) 健康に関する知識を正しく理解し、健康で安全な生活を営んでいこうとする意欲の向上

- ★・「歯の健康教室」の実施

3年生を対象に「歯の健康教室」を実施し、望ましい間食の取り方を身に付けられるようにする。また、歯・口の健康課題を自分で見つけ、課題解決を図るなど積極的に歯・口腔の健康づくりに取り組む能力・態度を育てる。

- ・定期健康診断の結果の活用

定期健康診断の結果について家庭との連携を密にし、個別相談等につなげていく。また、疾病やその他心身の異常の早期発見・早期治療に努め、自己の健康についての理解を深められるようにしていく。

- ・色覚検査（希望）の実施

4年生の希望者を対象（地域学校園で統一）に色覚検査を実施し、色覚異常の疑いの有無を把握し、学校生活において配慮を行う。

- ★・養護教諭と連携した授業の実践

4年生の「育ちゆく体とわたし」では、思春期に起こる体と心の変化について養護教諭と連携して授業を行い、児童が健康に対する正しい知識を身に付けられるようにする。

- ・各感染症対策

手洗い、うがい、消毒の励行、マスクの着用等の咳エチケットの具体的指導、睡眠を十分にとることや適度な運動、栄養のバランスを考えた食事など、抵抗力を高めるための指導を通して、自らが感染を予防できるような行動が取れるよう育成していく。

- ★・デジタル機器使用の健康面への影響

児童がデジタル機器を安全かつ効果的に使用するための習慣・知識などを身に付けられるようにする。

(3) 自分で決めた目標に向け、粘り強く取り組む心と体のたくましさの涵養

・各種検定カード、ワークシートの活用

水泳、縄跳びについては検定カードを作成し実施することで、児童が自分で目標を決めて運動に取り組めるようにする。持久走などについても必要に応じてワークシートを作成し各学年で共有していく。

・元気っ子ファイルの活用

ミニマム達成状況、元気っ子健康体力チェックの結果、各種検定カードなどをファイルに整理する。機を捉えて見返すことで、自分の成長を感じたり新たな目標を決める際の参考にしたりできるようにする。

(4) 自らの食生活を振り返り、望ましい食習慣の形成に向けて自ら改めようとする態度の育成

□・食育ファイルの活用

全学年ファイルを作成し、計画カードと振り返りカードを6年間累積することにより、栄養や食に関する関心を深める。また、食事マナーの振り返りカードを活用することで家庭と協力して健康保持増進を図るようにする。(卒業時に中学校へ)

・学校給食事故対応の職員研修の実施

食物アレルギー・誤飲(窒息)事故対応の危機管理体制を整備し、迅速に職員が連携した対応をとれるようにするための、職員研修を複数回実施する。

□・行事食・郷土食・地産地消への指導

食育だよりや校内の映像放送などで児童の興味を深める。郷土食や地元食材を知り、栃木県・宇都宮市への郷土愛を深める。

★・学校と家庭が連携した「お弁当の日」の実施

全学年対象のおにぎりデー及びお弁当の日(地域学校園合同で実施)を設け、食に関する関心を深め、調理に関する知識を深めるなどして食育を推進する。

(5) 安全を心掛け、自ら危険を予測して回避するための判断力・行動力の育成

□・避難訓練・引き渡し訓練の実施

災害を想定した避難訓練及び引き渡し訓練を実施し、災害や安全に対する意識を高めるようにしていく。その他、様々な状況を想定しての避難訓練を年に数回実施し、自分の行動を振り返りながら、危険を予測し自らの命を守るための行動力を育成していく。

★・交通安全教室の実施

宇都宮市生活安全課による交通安全教室を全学年で実施し、安全に対する意識を高めるようにしていく。学級活動でも交通安全について取り扱い、児童自らが危険を予測し適切な行動をとれるようにすることで、命を守り抜くための行動力を身に付けられるようにしていく。