

# 「体力向上の推進と健康課題への対応」の取組事例

大分県教育庁 日田教育事務所

管内各小・中学校において、「一校一実践」の取組内容の充実、健康増進に向けた取組の推進、肥満対策・むし歯予防対策の推進等、学校と家庭・地域が協働した取組を進められています。そこで、「1学期取組状況調査」から「成果が表れている」と報告された取組事例を以下に紹介します。自校の体力向上の推進、健康課題への対応に向けた参考資料としてご活用ください。



## 「体力向上の推進」の取組事例

日田市立五馬中学校  
チャレンジタイム



日田市立いつま小学校  
元気タイム「スカッドボーイ投げ」



日田市立朝日小学校  
朝日っ子元気っ子習慣



玖珠町立小田小学校  
「いきいきタイム」



九重町立野上小学校  
わくわくタイム(4年生)



## 成果

- 1学期は「外遊びの推奨」を行った結果、3/4の児童が外遊びをするようになった。また、「運動することは楽しい」と肯定的に回答する児童が約90%になった。
- 清掃後の帯時間を週に1度は体力向上日とし、3分間エクササイズや、ダッシュ走などに取り組み基礎体力の向上を図った。
- 外で体力づくりのためのゲームに取り組み、外遊びの奨励とともに、体を動かす楽しさを感じることができた。児童アンケートの「外遊びや運動をすることが好きです。」の項目では、87%の児童が肯定的な回答をしていた。
- 昼休みに児童会を中心に全校みんなで遊ぶ取組を行っている。鬼ごっこやドッジボール等、1年生も遊べるよう自分たちで考えて楽しく、体力アップを行っている。

## 地域を活用した「体力向上の推進」の取組 日田市立津江小学校



写真左  
公民館との協働による  
水泳教室



写真右  
プロサイクルチームによる  
自転車教室

## 「健康課題への対応」の取組事例



日田市立津江小学校



玖珠町立  
小田小学校



日田市立  
石井小学校

栄養教諭、養護教諭等を活用した食習慣・生活習慣改善及び運動習慣定着に向けた取組が推進