

「体力向上の推進と健康課題への対応」の取組事例

(1 学期)

- ◆管内各小・中・義務教育学校において、「1校1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・虫歯予防対策の推進等、学校と家庭が協働した取組が進められています。
- ◆その中から、取組事例(好事例)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。

【「生活習慣の改善」及び「体力向上」における取組事例】

学校	日田市立前津江小学校
取組	7月9日(木)保健スポーツ委員会発表「タブレットなどの使い方」 
成果	○一人一人が自分のがんばりたいことを考えて発表 →自分自身の生活改善に向けた意識の向上

学校	日田市立東溪小学校	九重町立野矢小学校
取組	6月16日(火) 「異学年の人間関係づくり」を配慮した運動遊び 	6月19日(金) 全校による体力向上「パワーアップの取組」 
成果	○運動に親しむ児童の増加 ○心の安定と学年を超えた良好な人間関係の構築 ○高学年における主体的な取組意識の醸成	○本校の課題「柔軟性の向上」の取組の中で、「活動後の振り返りの交流」と「次回の開催に向けての話し合い」の実施 →児童自ら考えて行動する力を育成

【他校における生活習慣・食習慣の改善に向けた取組の成果】

メディア利用の適正化

- 長時間のメディア利用が身体に与える弊害の学習による利用状況の改善
- 家庭内でメディア利用について話し合う機会の増加

基本的生活習慣・生活リズムの定着

- 自分の生活課題への気づき及び意識の向上
- 点検や調査の分析結果を教育相談や個別の指導・支援の有効活用

食育と食事習慣の向上

- 朝食や睡眠バランス等、睡眠を大切にする意識の向上
- 苦手な食べ物の克服や野菜を意識して食べる児童生徒の増加

学校・家庭・PTA・生徒会との連携強化

- 生活習慣の見直しを進める協力体制の深まり
- 保護者同士の情報共有や相互理解の推進
- 地域・家庭への持続的な啓発