

3 健康と体力 <たくましく>

具体的な内容		自己評価A	関係者評価	関係者評価委員(学校評議員)のコメント
食や運動を通して、自分の健康や体力に関心をもち、丈夫な体をつくらうと努めている。	前期	おおむね良好	おおむね良好	メディアコントロールは難しい課題だが、家庭でのルール作りが重要であると考え、このことに関しては、学校でも授業で取り上げたり、情報提供を行ったりしている。今後も外部講師を招いたり、PTAで話題にしたりして、連携しながら健康な生活習慣形成に向けて取り組んでほしい。
	年度	おおむね良好		
評価指標	実践課題		主な取組	自己評価B
(7)保健体育・食育の状況	①健康的な生活習慣の形成		・歯磨き指導 ・うがい、手洗いの励行 ・清潔検査 ・疾病治療の奨励 ・北っ子いきいきデー	3
	②望ましい食習慣の形成			
(8)体力の向上	③継続的な体力づくり		・学年男女別の目標数値の設定 ・新体力テストの分析 ・体力づくり運動 ・外遊びの奨励 ・てくてくとく運動の推進	3
	④新体力テストの活用			

学校の改善策

【前期(一年度)】

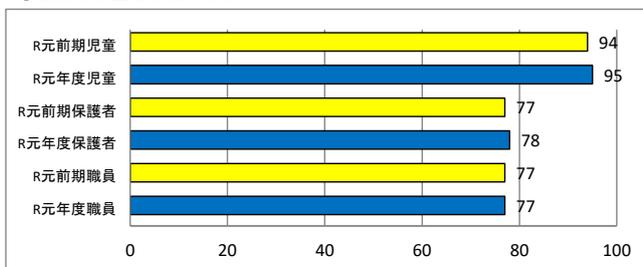
- ・北っ子いきいきデーの継続、保健だよりによる情報提供と結果の提示を行っていききたい。
- ・栄養教諭と連携し、食育指導を行っていききたい。
- ・単元に応じた効果的な北っ子サーキットの継続、外遊びの奨励を今後も行っていききたい。
- ・新体力テストの分析から課題を改善し、体力の向上を図りたい。

【年度(一年度)】

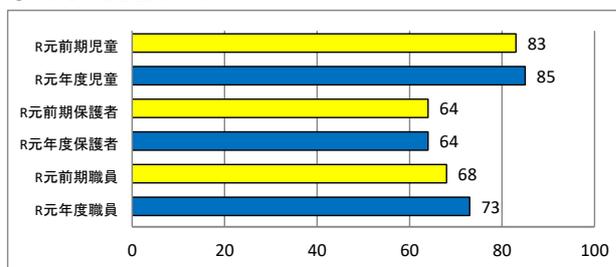
- ・今年度は、北っ子いきいきデーの継続と保健便りによる情報提供と結果の提示以外にも、栄養教諭と連携した食育指導やPTAでの健康的な生活習慣に関する研修を実施することができた。そのことにより児童や保護者の意識も少しずつよくなってきた。来年度も効果的な取組を促していく。
- ・単元に応じた北っ子サーキットや積極的な外遊びにより、全体的に体力は向上している。今年度の新体力テストの結果を分析し、課題を意識した運動や遊びを実践していく。

<(7)に関するデータ>

①健康的な生活習慣の形成



②望ましい食習慣の形成



(保護者アンケート記述より)

- ・メディアコントロールに関しては、平日はできているが休日は難しい。
- ・本人の意識の低さ、意思の弱さ、親の怠慢。
- ・早起きを一人でできるようにしてほしい。
- ・メディアに触れる時間が長くなってきている。

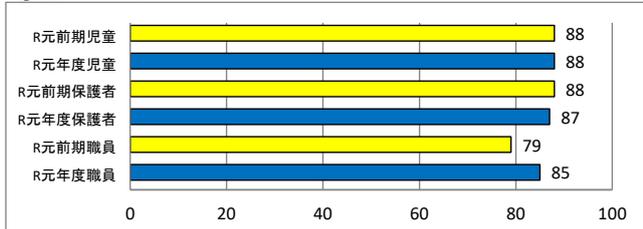
(保護者アンケート記述より)

- ・魚が嫌いだが一口だけでも食べさせるようにしている。
- ・苦手の野菜が多く、家ではあまり食べない。
- ・好き嫌いが多い。

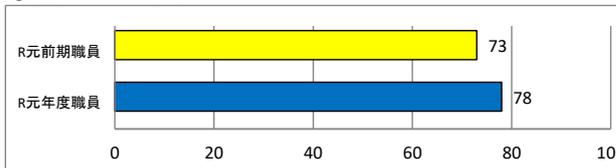
健康的な生活習慣に関しては、前期、年度とも数値がほぼ同じになっている。児童の自己評価は高い。望ましい生活習慣を身に付け、規則的な生活リズムで過ごすことは、家庭と学校の連携なくしては効果が発揮できにくいものである。特に、メディアコントロールに関しては、家庭でのルールづくりが大切になると考える。学校では今年度も外部講師を招いて情報モラル教室を行ったが、今後も、繰り返しメディアとの望ましい接し方について指導していく。望ましい食習慣の形成に関しては、児童と保護者の評価に差がある。給食では頑張っ食べ、残食が少ないものの、家庭では好き嫌いがあるかもしれない。家庭でも改めて生活リズムや望ましい食生活について話し合っていたらいい。なお、今年度、本校に栄養教諭が配属されたことから、各学年で食育指導を実施したが、次年度も継続して実施していく。

<(8)に関するデータ>

③継続的な体力づくり



④新体力テストの活用



(保護者アンケート記述より)

マラソン記録会で最後まで歩かずにゴールできたのは嬉しかった。毎日歩いている登校や、日々の生活ですっかりと体力が付いてきたことを感じた。



9/26マラソン記録会の様子

新体力テストの結果からは、今年度も本校の子どもたちの体力が、秋田県や全国のデータと比較して良好だと言える。体育での授業やマラソン記録会及び水泳検定会に向けた取組、なわとびタイムなどの業間運動、集団登校、外遊びの奨励、スポ少活動や部活動などが相乗効果を発揮していると考えられる。今後も、子どもたちには具体的な目標をもたせ、他者との比較よりは自分の記録の伸びを実感させて、達成感や満足感を味わうことができるように指導していきたい。なお、新体力テストの結果では、長座体前屈の結果が芳しくなかった。データを基に北っ子サーキットを活用して補強運動を行うとともに、個々の特性を考慮した取組を推進していく。

自己評価A及び外部評価の評価区分
○ きわめて良好
○ 良好
○ おおむね良好
○ やや不十分
○ 努力を要する

自己評価Bの評価基準	
5	実現状況は極めてよく意識も高い／数値目標に対して91%以上達成・前年度比108%以上
4	実現状況は良好で意欲もある／数値目標に対して80~90%達成・前年度比103~107%
3	実現状況はおおむね良好／数値目標に対して60~79%達成・前年度比98~102%
2	実現状況はやや不十分で取組が不安定／数値目標に対して50~59%達成・前年度比93~97%
1	実現状況は不十分で努力を要する／数値目標に対して49%以下の達成・前年度比92%以下