

## 平成25年度体力向上取組事例

学校名	多久市立西溪小学校
テーマ(事例の表題)	食生活を中心とした望ましい生活習慣の定着を図り、児童の体力の向上を促す。
取組内容 ※主となるものを 1つ選んでください	<input type="checkbox"/> ア 体育、保健・体育授業 <input type="checkbox"/> イ 体育的行事 <input type="checkbox"/> ウ 放課後の活動 <input type="checkbox"/> エ 生活習慣 <input type="checkbox"/> オ 食習慣 <input type="checkbox"/> カ 地域との連携 <input type="checkbox"/> キ 放課後の活動、部活動 <input type="checkbox"/> ク その他    具体的に
<b>●取組内容</b>	
①実施目的	知 健康や体力をはぐくむための自己管理能力が高まった子どもを育てる。 徳 食を生み出す自然や食にかかわる人などに感謝する心をもった子どもを育てる。 体 生涯を通して健康で充実した生活ができる健やかな体をつくるために、望ましい食行動をとることができる子どもを育てる。
②実施内容	(1) 学級における食に関する指導計画の作成 給食指導を要としながら、学級の様々な場面で取り組む食教育を整理し、具体的なプランを作成する。 (2) 食に関する年間指導計画の作成 食に感謝する心を育て、自らの健康を管理しようとする態度を養うために、食に関しての各教科等の学習と給食時間の指導とを相互に関連づけて計画的な指導を実施する。 (3) 物的環境作り 食への関心と理解を深めるためには、毎日の給食を通じ、食べ物の種類と栄養素の働きに目が向くようにする栄養黒板・食品カードを中央廊下に配置する。また、子ども達が、給食に関心をもち、自主的に給食時間にかかわることができるように、給食コーナーを設置する。 (4) 人的環境作り 食に関する話題、実践活動等を取り上げ、家庭に知らせることで保護者の意識の向上を図ることをねらいとして食育だよりを定期的に発行する。また、「くらしふり回りカード」をもとに、家庭での自分の食生活を振り返り、保護者の食への関心を高めるきっかけづくりとする。 (5) 親子給食会、食育祭り、地域連携の開催 食事のマナー、学校での指導事項及び実際の給食の味付けや量などを実感してもらい、学校、保護者、地域間の連携の一助とする。 (6) 縦割りを基本としたすこやか遊び(「ドッジボール大会」「縄跳び大会」等)の実施 1年生から7年生を縦割り編成とし、第3金曜日昼休み時に、体力向上を期する「すこやか遊び」の時間を設定する。
③組織体制作り ※組織体制の概要 ※運営方法 等	年間指導計画に基づく食生活の振り返り 「くらしふり回りカード」で、子ども達が自分の食生活を振り返る。努力目標を決め実践しチェックをする。また、生活チェックで規則正しい生活が送れているか振り返らせる。
④実施上で 工夫したこと ※箇条書きで	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「くらしふり回りカード」にもとづく、担任と養護教諭による少食・遅食・偏食・過食・肥満児を対象とした個別指導を適宜、実施している。</li> <li>・ボランティアティーチャーの活用、学校栄養職員とのTT等、食育指導の充実を図った。</li> <li>・指導の徹底を図り、児童の自主性が育つよう給食当番の工夫を行っている。</li> <li>・機会を捉え、保護者と連携する場面において協力要請を行っている。</li> </ul>
⑤主な成果 ※箇条書きで	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食の残滓率が1.2%(5月)から0.4%(11月)と向上した。</li> <li>・朝食喫食率が89.0%(5月)から95.5%(12月)へと改善した。</li> <li>・すこやか遊びで「すこやか集会」「ドッジボール大会」「縄跳び大会」等、目標値を設定できる種目を据えることで、休み時間に外に出て運動する児童が増えた。</li> </ul>
⑥配慮事項 ※箇条書きで	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アレルギー体質の児童への配慮</li> <li>・学校HPや各種便りの内容と発信配布先 等</li> </ul>

○実践内容例



【全校児童による茶摘み体験】  
全校児童で茶摘みに挑戦



【地域との連携による稲刈り体験】  
田植えや稲刈り等で地産の様子を体験



【第1回西溪小学校すもう大会】  
全児童参加によるすもう大会の実施



【マイスターによる調理体験】  
マイスターの方の指導による和食づくり



【たてわりによるすこやか集会】  
なわとび大会に向けての練習



【たてわりによるすこやか集会】  
バランス感覚を養うコーナー



【物的環境づくり】  
各学級に掲示する給食のめあて



【食育授業】  
「学校栄養職員」とのTT