

健康教育を中心に据えた学校経営

Health education - centered school management

小寺 弘幸*・小林 央美**・上野 秀人***

Hiroyuki KODERA*・Hiromi KOBAYASHI**・Hideto UENO***

要旨

「青森県体力向上モデル事業研究推進校」として青森県教育委員会から指定を受け、平成20年度までの2年間「体力づくり」に取り組んだ。その際、「体力」の向上は「気力」の充実につながり、それが「知力」の向上をもたらすと考えた。そこで、健康教育が教育活動全体を通して実施させることが期待される中で生きる力との関係性を整理し、体力の向上と食育を題材とした「健康教育」を教育活動の中心に置き、学校経営を構想し実践した。まず、全校体制での体力づくりとして、運動する楽しさや心地よさを感じる活動、ねばり強く体力づくりに取り組む活動、その他の活動に取り組んだ。また、食育の取り組みとして、食に関する指導の全体計画、食に関する指導の年間指導計画を作成し、それをもとに学校給食をランチルームでおこなっていることを活用したり、給食の最後に栄養士から季節に応じた食材の話といった講話をおこなったりと実践的に取り組むことで学校を取り巻く子供、保護者、教師への影響を考察することとした。

その結果、研究推進校として教職員が協働的な取組みを生み出すこと、保護者・地域から学校教育活動への関心の高まりを見出すことができた。その取り組みを振り返り、「健康教育を中心に据えた学校経営」について整理しまとめることとした。

キーワード：学校経営、健康教育、体力づくり 体を動かすことの楽しさ 食育の充実

I はじめに

1 健康教育に取り組む背景

(1) 子供の実態

休み時間に、グラウンドや体育館で積極的に体を動かす子供が多いが、一方では教室や図書室にいる子供も見られる。体を動かそうとする意欲の差が生活に影響を及ぼしている。そのため、運動の得意な子、不得意な子にはっきり分かれている。また、平成20年度の「新体力テスト」の結果から、「握力・長座体前屈・シャトルラン」の結果が低いことが分かり、それらをいかに向上させるかが課題である。放課後の過ごし方は、部活動が「野球・卓球」しかないため、部活動に加入していない子は、水泳やサッカー、バスケットなど地域のスポーツクラブに入っている。部活動やスポーツクラブに所属していない児童は、学校のグラウンドにおいてドッジボールなどで遊んでいる子供も見られるが、地

域に公園等も少ないという現状もあり、進んで運動する過ごし方であるとは言えない。

食については、自校給食により児童がランチルームに集まり昼食を摂っている。学校の栄養士による給食後の食に関する講話や指導は、子供達の食に関する興味関心を高めているといった状況である。

(2) 家庭・地域の実態

学区は、従来からの住宅地とともに宅地化の進展による新興住宅地が増加した。第2次産業・第3次産業に従事する保護者がほとんどであり、核家族化も進んでいる。このような地域の変化は、家庭における基本的なしつけや地域活動にも変化をもたらし、学校における基本的生活習慣の指導にも影響を与えてきている。しかし、地域の住民や町内会、子供会・地区公民館などの地域活動が活発であり、教育活動にも関心が高いため、学校と連携・協力しやすい環境にある。

* 黒石市立黒石東小学校
Kuroishi-higashi Elementary School, Kuroishi City

** 弘前大学教育学部教育保健講座
Department of School Health Science, Faculty of Education, Hirosaki University

*** 弘前大学教育学部保健体育講座
Department of Health and Physical Education, Faculty of Education, Hirosaki University

(3) 社会の要請

子供の体力低下の原因は、国民の意識の中で、外遊びやスポーツの重要性を学力の状況と比べ軽視する傾向が進んだことにあると考えられる。また、生活の利便化や生活様式の変化は、日常生活における身体を動かす機会の減少を招いている。さらに、子供が運動不足になっている直接的な原因として、「学校外の学習活動や室内遊び時間の増加による外遊びやスポーツ活動時間の減少」「空き地や生活道路といった子供達の手軽な遊び場の減少」「少子化や、学校外の学習活動などによる仲間の減少」といった3点をあげることができる。

今日の社会においては、屋外で遊んだり、スポーツに親しんだりする機会を意識して確保していく必要がある。特に保護者が子供を取り巻く環境を十分に理解し、積極的に体を動かす機会をつくっていく必要がある。

また、「よく食べ、よく動き、よく眠る」(調和の取れた食事、適切な運動、十分な休養・睡眠)という健康3原則をふまえた基本的な生活習慣を身に付けることも重要であり、そのためには家庭における保護者の積極的な関わりが不可欠となる。特に、食は生きていく上で欠かすことのできないものであり、コミュニケーションの要素の1つである。しかし、社会環境の変化やライフスタイル、価値観の多様化の進展により、食に関する様々な問題が生じている。家族と一緒に食事をする機会の減少、朝食の欠食等の食習慣の乱れ、栄養の偏り、肥満や生活習慣病の増加、食品の安

全性、食の海外への依存等である。

国は平成17年に「食育基本法」を施行、平成18年3月には「食育推進基本計画」、平成23年3月には「第2次食育推進基本計画」を策定し、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進している。

2 学校教育の課題に内在する健康課題の解決方法の関連

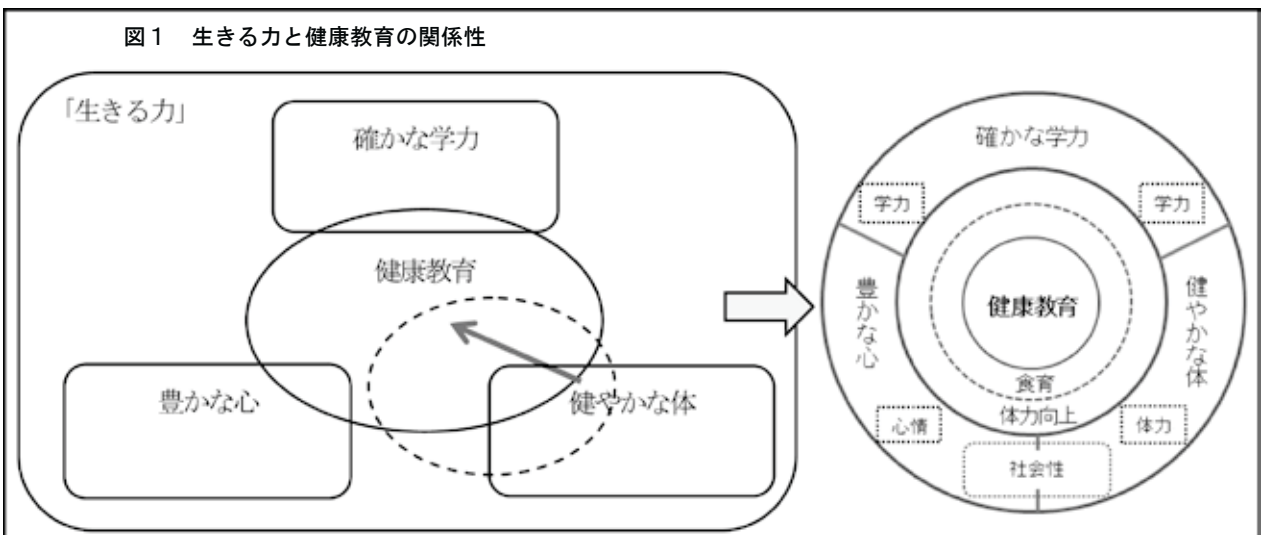
生きる力の育成のために確かな学力・豊かな心・健康やかな体の調和を重視する。そこで、学校教育の課題と3つの力との関係性を以下に示す。

- (1) 体力の向上・食育の推進一体力の低下、運動、食育一
 - ① 保健指導、保健学習の充実
 - ② 健康の管理、改善、維持増進
 - ③ 運動やスポーツに親しむこと
 - ④ 食育の充実
- (2) 確かな学力の育成
 - 読解力、基本的な生活習慣・学習習慣、学ぶ意欲—
 - ① 教えて考えさせる教育
 - ② 学習したことを実生活で活用する能力
 - ③ 習得型の教育・探究型の教育
 - ④ 各教科を横断して育てる能力
- (3) 豊かな心の育成一体験の減少、生命尊重、自尊感情の醸成、基本的な生活習慣の確立一
 - ① 道徳教育の充実
 - ② 体験活動の充実
 - ③ 主体性・自律性の育成
 - ④ キャリア教育の充実

II 研究の目的と方法

1 学校教育における健康教育のとらえ方

(1) 「生きる力」と「健康教育」の関係性の図化



2 課題解決の基盤となる健康教育のとらえ方

生涯を通じて自らの健康を管理して改善していくこと、運動やスポーツに親しむこと、食育に取り組むことで健康の維持増進を図る。

(1) 体育の分野

身体能力や知識を身に付け、生涯にわたり運動やスポーツを楽しむ基礎をつくる。

①新体力テストや生活習慣調査の結果をふまえた、体力向上計画を作成する。

(2) 保健分野

健康や安全に関する情報を正しく判断し知識を健康管理のための行動に結びつける。

①体力づくりに向けた保健指導、保健学習を充実させる。

②給食時間における食育の基本的な指導を継続的に実施する。

3 学校経営の中心としての健康教育

(1) 体力、気力、知力の関係

体力は、人間が発達・成長し、創造的な活動を行っていくために必要不可欠なものであり、「人間力」の重要な要素である。また、人間が知性を磨き、知力を働かせて活動していく源であるとともに、生活を営む上で気力の源でもある。人間のあらゆる活動の源になる体力を、身に付けていくことは大変重要である。体力は、人間の発達、成長を支え、健康を維持するばかりでなく、知力や意欲、気力等の精神面の充実にも大きくかかわっており、食育も含め健康教育は「生きる力」をはぐくむための重要な要素であり基盤でもある。

(2) 体力づくりのめざす方向

子供たちの身体活動の生活経験等から、技能と体力向上に関する内容と運動そのものの楽しさ・心地よさを第一義に味わわせることが必要である。すなわち、それぞれの運動固有の楽しさ・喜びを味わうことが大切なことであり、その楽しさ・喜びを追求した「結果」として体力が高まるという考え方を大切にしたい。

(3) 体を動かすことへの意欲

運動する機会を設け、運動の楽しさを学ばせ楽しく汗を流すことで体力が高まる、最後まで頑張ることができたなど子供自ら気付くようにし、各種の運動への関心や意欲を高めたい。

(4) 生きるための基盤としての食育

成長期にある子供にとって、食育とは、健やかに生きるための基礎を培うことを主な目的とする。家庭が中心となって行うものであるが、食生活の多様化が進む中で、十分な指導を行うことが困難な状況も見ら

れる。このような状況を踏まえ、学校・家庭・地域が連携して子供たちへの食育を推進することが必要である。

III 実践

1 体力づくりの具体的な取り組み

(1) 体力づくりのねらい

児童の実態から、運動が苦手な子をいかにして「楽しみながら運動に親しませるか」をテーマに研究を行った。「運動することへの抵抗」を減らし、なおかつ「体を動かすことが楽しい」と感じさせるためにどんな手立てがあるのか、全教職員で共通理解を図りながら進めた。また、家庭や地域にも体力向上に関する啓発を行い、学校だけでなく、日常生活でも運動に親しむことへの関心を高めるように促した。さらに、校内研修との兼ね合いも考え、体力の向上は、気力や意欲といった精神面の充実をもたらす、気力や意欲の充実は知力・学力の向上をもたらすものという考えのもと、楽しみながら運動に取り組ませることをねらいとする。

(2) 学校、家庭、地域の役割

①学校の役割

◆運動する楽しさや心地よさを感じる運動好きの子供づくり

- ・一人一人に応じた「きめ細かな指導」
- ・取り組み体制の確立（校務分掌への位置付け）
- ・体育的活動の整理（スクラップアンドビルド）
- ・新体力テストの実施（全学年実施）
- ・体育授業の充実（体ほぐしの運動、柔軟性・筋力・持久力の運動）
- ・休み時間の活用（朝マラソン、業間マラソン、業間なわとび、仲間と一緒の外遊び）
- ・体育的行事の工夫（マラソン記録会、運動会）
- ・児童会行事の工夫（運動の集い、遊ぼう会、ドッジボール大会、長縄大会）

②家庭の役割

◆体を動かす習慣づくり

- ・規則正しい生活 ・外遊びのすすめ（体育学習の延長）
- ・生活習慣の改善
- ・よく食べ、よく動き、よく眠る ・早寝、早起き、朝ごはん

③地域の役割

◆体を動かす「場づくり」

- ・地域スポーツクラブ ・公民館活動

(3) 具体的な実践内容

時間帯	① 運動する楽しさや心地よさを感じる活動	② ねばり強く体力づくりに取り組ませる活動	
体育	<ul style="list-style-type: none"> ◆新体力テストの活用 ・「新体力テスト」の結果を踏まえ、苦手分野の運動を取り入れた準備運動 ・主運動につながり、なおかつ、新体力テストにつながるように授業を構成 ◆保健学習 ・栄養教諭教育実習を利用して、保健、栄養の学習を行なう ・養護教諭による参観日の親子で健康について考える保健学習 	<ul style="list-style-type: none"> 【水泳学習・水泳記録会】 ◆めあてを決め、泳力向上に向けての取組 ・学習カードによる目標の設定と記録、評価の記入 ・低、中、高学年ごとの記録会、成果発表、評価 【スキー学習・スキー教室】 ◆雪国のスポーツを楽しむ ・1～4年は歩くスキー ・5、6年はアルペンスキー・大鰐スキー場でのスキー教室 	
体育集会	<ul style="list-style-type: none"> ◆児童、教職員全員での運動 ・ゲーム(学年・縦割り班) ・川鬼 ・手つなぎ鬼 ・しっぽ取り ・長縄跳び ・的あて ◆校内、校庭をすべて活用したサーキットトレーニング(縦割り班) ・20個のコースを短時間で楽しみながら運動 ・鉄棒川跳び・肋木・雲梯・登り綱・両足ハードル・ラダーステップ ・立ち幅跳び・ケンケンパー・雑巾がけ・立位体前屈・サーキットトレーニングなど 		
業間	<ul style="list-style-type: none"> 【体育委員会の活動】 ◆紅白ドッジボール大会 ・学年紅白対抗 ◆縦割り班対抗ドッジボール大会 ・20班対抗トーナメント戦 ◆長縄大会 ・縦割り班による回数競技 	<ul style="list-style-type: none"> 【企画委員会の活動】 ◆遊ぼう会 ・児童会企画委員会による活動 	<ul style="list-style-type: none"> ◆中休みマラソン・縄跳び(朝、昼休みマラソンも可) ・各学年の目標周数を教員と一緒に持久走 ◆中休み縄跳び ・縄跳びカードでめあて設定 ・校舎全部を使っの縄跳び ◆体育館への鉄棒の常設(冬期間) ・目標の技を決め自主的に挑戦 ・一輪車、竹馬の設置
行事	<ul style="list-style-type: none"> 【夏の集い・冬の集い】 ◆縦割り班で様々な種目にチャレンジ ・ボールつきリレー・雑巾がけリレー・パズルゲーム 【運動会】 ◆地区(地域)合同運動会 ・地域合同開催による住民参加の運動会 	<ul style="list-style-type: none"> 【春・夏・秋マラソン記録会】 ◆学年で決められた距離のタイムレース ・春と夏の記録の変容確認 ・保護者や全校児童の前で走ることによる意欲喚起 	<ul style="list-style-type: none"> 【プール清掃】 ◆自分たちの使うプールは自分たちできれいに ・プール学習への意欲喚起 【プール開き・納め】 ・めあて設定発表、評価反省 ・約束事の確認
総合的な学習の時間	<ul style="list-style-type: none"> ◆リズムダンス(地域の講師招聘) ・よさこいソーラン ・黒石よされ ・黒石甚句 ・運動会で保護者、地域の方と一緒に踊る 		

6 食育の具体的な取り組み

(1) 学校での食育：食に関する指導は、関連の教科、道徳、特別活動及び総合的な学習の時間において、子供たちが生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう「体育・健康に関する指導」の一環として行われる。食育推進にあたっては、教育目標を達成するために食育の重要性を全教職員が認識し実践する。

(2) 食育を通じてつけたい力：子供の「心の問題」「健康の問題」また「食糧問題」「環境問題」など地球規模での問題においても「食」を入口にして、子供自らが、自分の問題としてとらえ、自分の頭でしっかり考えながら、主体的に学ぼうとする「学びの自立」を目指したい。

(3) 食育の大切な内容：「食」はその学びや求めに応えられるだけの無限の広がりや深まりをもっている。学校の教育目標に「豊かな心の育成」という目標のない学校はない。しかし、この目標を達成するには「豊かさ」が表裏している。ものが豊かになれば心の豊かさは育ちにくいときもある。子供が「食」について自ら考え、学んでいく中で、どこかで「ものの豊かさ」が「心の豊かさ」へとつながっていく学びをさせた

い。

(4) 学校における食育の充実：子供たちが望ましい食習慣を身に付けられるよう、家庭、地域との連携による指導体制の整備を進めるとともに、教科等での食育の実践や、子供の発達段階に応じた指導内容の充実に努める。また、青森県の豊富な資源を生かした体験学習の推進や安全・安心で県産農林水産物を活用した給食の充実に努めなければならない。

(5) 食育を扱う領域：食育は教育活動全体を通し行われるのが理想である。担任や養護教諭、栄養教諭、学校栄養職員(栄養士)が連携して、各教科の学習に昼食の時間、学校給食などを教材にした指導を積極的に展開し食育の重要な機会の一つにする。食育の目標について子供につけたい力に焦点を合わせ、その内容と取り扱う領域を全職員で共通理解を図った上で教育課程に位置づけ、意図的・計画的・組織的に進めていく。

(6) 家庭との連携：食に関する問題は、家庭が中心となっていくものであることは言うまでもない。しかし、今日の子供を取り巻く食の環境は飽食、核家族化、共働きなどにより外食やレトルト食品などがあふれている状況にある。子供の食生活については家庭を

中心としながら学校や地域が支援していくことが必要である。栄養教諭等が中心となって、学校から「食」の大切さを発信することで、保護者と食を通して連携を密にしていかなければならない。そのことが、ほかの活動にも波及し教育効果も期待できる。家庭や地域との連携としては、

- ①朝食欠食状況等を把握するための実態調査の定期的な実施・分析を行い、その結果を保護者や学校保健委員会に報告する。
- ②学校の食堂や家庭科室等の施設を使った特色ある活動の実施等、保護者参加型の企画を中心に、直接保護者に働きかける場を設定する。
- ③食育を推進する部門が定期的に「食育だより」を発行し、学校での食に関する指導の実施状況や子供の姿を伝えると同時に、家庭における食育を支援するための情報提供を行う。
- ④保護者が自主的に学び合う「家庭教育学級」等を活用し、食育に関する講演や体験活動を実施する。

(7) 食育推進のための校内指導体制の整備：食育を推進する組織は、健康教育を担当する分掌に位置付けることが望ましく、その中に食育を推進する部門を編成し、食に関する指導が円滑に行われるよう学校内外において連絡・調整を図り、支援に努める。食育を推進する部門は、教務主任や保健主事、給食主任など学校内において教職員の中心となって活躍するリーダー層と、栄養教諭や学校栄養職員、家庭科担当教諭、養護教諭などの食に関する高い専門性をもった教職員で構成することで、より組織としての機能性が高まる。

【栄養士による食に関する指導】

- ◆食材についての指導・今日の献立の栄養素、実物を使ったクイズ
- ◆保護者を対象とした給食試食会

(8) 栄養教諭の活用：栄養教諭は、栄養に関する専門性と教育に関する資質を併せもち学校における食に関する指導の全体計画の作成などの連携・調整や教科や特別活動等における指導、児童生徒に対する個別指導など「食に関する指導」、及び献立の作成や衛生管理などの「学校給食の管理」を一体的なものとして行う。学校栄養職員とは、職務内容や職務上の責任、必

要な資質が異なる新たな職である。

(9) 食育を推進する上での衛生管理：食育推進に伴い、食事を伴う体験学習等が実施される機会が多くなる。学校給食の衛生管理同様に、衛生管理面での十分な配慮が必要となる。

- ①調理実習や食事を伴う模擬店等を行う場合、次の点に留意する。

【児童生徒の健康観察】・下痢、腹痛、おう吐などの体調の悪い場合は、調理に携わらない。児童生徒の健康状態を把握するためにチェックリストで確認する。(表1)

表1 健康状態を把握するチェックリスト

給食当番 チェック リスト	<input type="checkbox"/> 下痢をしている者はいない。
	<input type="checkbox"/> 衛生的な服装をしている。
	<input type="checkbox"/> 発熱、腹痛、嘔吐している者はいない。
	<input type="checkbox"/> 手指は確実に洗浄した。

【手洗いの徹底】・調理作業に入る前に丁寧に手洗いを。また、調理中、二次汚染防止のため、作業が変わるごとに手洗いをし、特に、生の肉類、卵類、魚介類に触れた場合は、ていねいな手洗いが必要である。

【調理】・食材は新鮮なものを購入し、温度管理が必要なものは、調理直前まで冷蔵庫等で保管する。・食材は、十分に洗ってから調理する。

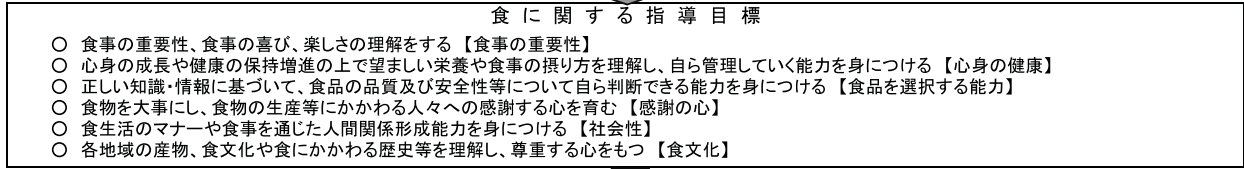
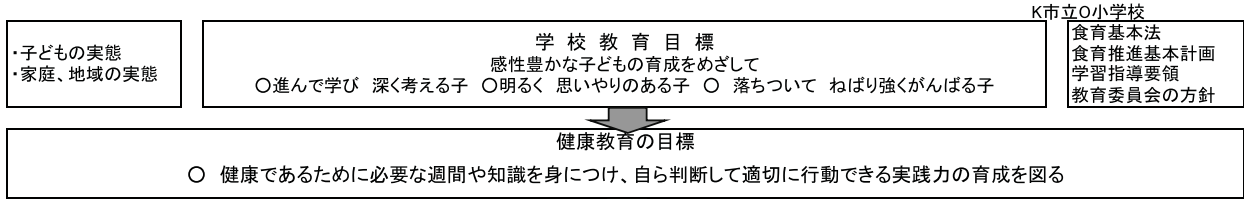
加熱調理をするものは中まで十分に加熱する。(温度が計れる場合は中心温度85℃以上)・まな板、包丁などの調理器具は食材を変えるごとに十分に洗うなど、衛生的な取り扱いをする。特に、生の肉類、卵類、魚介類を調理した器具は、洗剤でていねいに洗い、必要に応じ、熱湯消毒、薬品消毒(次亜塩素酸ナトリウムやアルコールなど)を行う。

②農業体験や畜産体験等の場合、身支度を整え、手足等に傷等がある場合には、他と接触しないように保護する。特に、感染症予防のために、体験学習後の手洗いの徹底が重要。また、体験学習中、作業途中での飲食は経口感染症の発生にもつながるので注意する必要がある。

(10) 食に関する指導の全体計画：教育課程に明確に位置付けて全体計画を作成した上で実施する。学校、家庭、地域が一体となって食育を進めるためにも学校の考え方を家庭や地域に示す際の大切な資料となる。

《資料1：食に関する指導の全体計画》K市立O小学校

● 食に関する指導の全体計画例



幼稚園・保育所 幼稚園・保育所との連携に関する方針等	各学年の発達段階に応じた食に関する指導の到達目標	中学校 中学校との連携に関する方針等						
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="width: 33%;">低 学 年</th> <th style="width: 33%;">中 学 年</th> <th style="width: 33%;">高 学 年</th> </tr> <tr> <td> 【食事の重要性】 ・毎日の食事にはいろいろな食品が使われていることに興味関心を持ち、食品の名前が分かるようにする。 ・毎日、おいしく朝ごはんを食べることで1日を元気にすごすことができるようになる。 【社会性】 ・基本的な食事マナーを身に付け、みんなと楽しく給食を食べることができる。 </td> <td> 【食事の重要性】 ・食べ物は働きによって3つのグループに分けられることを知る。 【心身の健康】 ・栄養のバランスを考えた食事を心がけることができる。 【食品を選択する能力】 ・食品の名前や働きを知る。 【社会性】 ・協力して準備や後片付けをし、楽しい雰囲気の中で食事をすることができる。 </td> <td> 【食事の重要性】 ・自分の食生活を見つめ直し、規則正しいバランスの良い食事が大切であることが分かる。 【心身の健康】 ・自分の健康を食事、運動、休養及び睡眠の生活習慣から考え、規則正しい生活を心がける。 【食品を選択する能力】 ・食生活では何をどう選ぶのようにして、どのくらい食べるかを身につける。 【感謝の心】 ・食料の生産・流通・消費に関わる工夫や努力を知り、自分達を支えてくれる人へ感謝の気持ちを持つ。 【社会性】 ・食事のマナーについて考え、会話を楽しみながら気持ちよく食事をすることができる。 【食文化】 ・自然の恵みを生かし、知恵と工夫で生み出された郷土料理を知り、大切にしているとする </td> </tr> </table>	低 学 年	中 学 年	高 学 年	【食事の重要性】 ・毎日の食事にはいろいろな食品が使われていることに興味関心を持ち、食品の名前が分かるようにする。 ・毎日、おいしく朝ごはんを食べることで1日を元気にすごすことができるようになる。 【社会性】 ・基本的な食事マナーを身に付け、みんなと楽しく給食を食べることができる。	【食事の重要性】 ・食べ物は働きによって3つのグループに分けられることを知る。 【心身の健康】 ・栄養のバランスを考えた食事を心がけることができる。 【食品を選択する能力】 ・食品の名前や働きを知る。 【社会性】 ・協力して準備や後片付けをし、楽しい雰囲気の中で食事をすることができる。	【食事の重要性】 ・自分の食生活を見つめ直し、規則正しいバランスの良い食事が大切であることが分かる。 【心身の健康】 ・自分の健康を食事、運動、休養及び睡眠の生活習慣から考え、規則正しい生活を心がける。 【食品を選択する能力】 ・食生活では何をどう選ぶのようにして、どのくらい食べるかを身につける。 【感謝の心】 ・食料の生産・流通・消費に関わる工夫や努力を知り、自分達を支えてくれる人へ感謝の気持ちを持つ。 【社会性】 ・食事のマナーについて考え、会話を楽しみながら気持ちよく食事をすることができる。 【食文化】 ・自然の恵みを生かし、知恵と工夫で生み出された郷土料理を知り、大切にしているとする	
低 学 年	中 学 年	高 学 年						
【食事の重要性】 ・毎日の食事にはいろいろな食品が使われていることに興味関心を持ち、食品の名前が分かるようにする。 ・毎日、おいしく朝ごはんを食べることで1日を元気にすごすことができるようになる。 【社会性】 ・基本的な食事マナーを身に付け、みんなと楽しく給食を食べることができる。	【食事の重要性】 ・食べ物は働きによって3つのグループに分けられることを知る。 【心身の健康】 ・栄養のバランスを考えた食事を心がけることができる。 【食品を選択する能力】 ・食品の名前や働きを知る。 【社会性】 ・協力して準備や後片付けをし、楽しい雰囲気の中で食事をすることができる。	【食事の重要性】 ・自分の食生活を見つめ直し、規則正しいバランスの良い食事が大切であることが分かる。 【心身の健康】 ・自分の健康を食事、運動、休養及び睡眠の生活習慣から考え、規則正しい生活を心がける。 【食品を選択する能力】 ・食生活では何をどう選ぶのようにして、どのくらい食べるかを身につける。 【感謝の心】 ・食料の生産・流通・消費に関わる工夫や努力を知り、自分達を支えてくれる人へ感謝の気持ちを持つ。 【社会性】 ・食事のマナーについて考え、会話を楽しみながら気持ちよく食事をすることができる。 【食文化】 ・自然の恵みを生かし、知恵と工夫で生み出された郷土料理を知り、大切にしているとする						

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
特別活動 ○学級活動 ○食に関する指導 ●給食指導 一斉指導等 学校行事 児童会活動	学級活動及び給食時間	低学年 ○給食担当の仕事をおぼえよう<社> ◎よくかんで食べよう<健・感> ●気持ちよく食べよう<感>	中学年 ○給食のきまり、マナー<社> ◎食品について知ろう<選> ●給食の準備や後片付けをきちんとしよう<社>	高学年 ○給食準備、食事のマナー<社> ◎食べ物の働きについて知ろう<重・選> ●望ましい食習慣を身に付けよう<健・社>	低学年 ○夏休みの過ごし方、毎日朝ごはんは健康<健> ◎食品の名前を知ろう<重> ●みんなと仲良く食事をしよう<社>	中学年 ○夏休みの健康、生活リズムを整えよう<健> ◎食事、おやつのとりを考えよう<重> ●食事の環境を整えよう<社>	高学年 ○夏休みの過ごし方、運動と健康<健・社> ◎食事と健康について知ろう<重・選> ●食事環境について考えよう<健・社>	低学年 ○好き嫌いを克服することの大切さを知ろう<健> ◎なんでも食べよう<重> ●助け合って仕事をしよう<社>	中学年 ○健康な食生活について考えよう<健> ◎食べ物の3つの働きを知ろう<重> ●好き嫌いを克服しよう<健>	高学年 ○健康な生活習慣<健> ◎季節の食べ物について知ろう<選・感・文> ●感謝して食べよう<研・感>	低学年 ○かぜ予防、正しい食べ方を考えよう<健> ●給食の反省をしよう<文> ◎行事食をたのしもう<健・文>	中学年 ○かぜの予防、健康な生活を考えよう<健> ◎食生活を見直そう<健> ●給食の反省をしよう<健・社>	高学年 ○かぜ予防、自分の成長を振り返えよう<健・社> ◎青森の食文化のよさを知ろう<文> ●一年間の給食を振り返ろう<健・社>	
		一斉指導等	○給食の献立紹介<重・健> ○食事のマナー<社・感> ○準備と後始末<社>	○給食の献立紹介<重・健> ○食事の理解<健>	○給食の献立紹介<重・健> ○栄養のバランスと健康<健・選>	○給食の献立紹介<重・健> ○食事の理解<健>	○給食の献立紹介<重・健> ○栄養のバランスと健康<健・選>	○給食の献立紹介<重・健> ○食事の理解<健>	○給食の献立紹介<重・健> ○栄養のバランスと健康<健・選>	○給食の献立紹介<重・健> ○食事の理解<健>	○給食の献立紹介<重・健> ○栄養のバランスと健康<健・選>	○給食の献立紹介<重・健> ○食事の理解<健>	○給食の献立紹介<重・健> ○栄養のバランスと健康<健・選>	○給食の献立紹介<重・健> ○食事の理解<健>
		学校行事	健康診断<健>	飼育・栽培体験<健・感・文>	農作物等の収穫体験<感>	学校給食週間<重>								
		児童会活動	給食委員会や保健委員会、飼育委員会の活動(一年を通じて)	朝食調べ等の実態調査	学校保健委員会の活動									

		1年	2年	3年	4年	5年	6年	
教科との関連	社会			・見つめてみよう わたしたちのまら ・見直そう わたしたちのくらし ・調べようをつくる仕事	・健康な暮らしとまちづくり ・わたしたちの黒のまちづくり	・食生活を支える人々	・昔の人の暮らし ・戦争を体験した人の暮らし ・日本と関係の深い国々	
	理科			・植物をそだてよう	・あたたかくなって ・寒さのなかでも	・発芽と成長 ・動物の誕生	・生き物と養分 ・体のつくりとはたらき ・生き物の暮らしと自然環境	
	生活	・学校探検で給食室や配膳室等を見学し、給食に関心を持つ。	・やさいを育てよう ・自分たちで育てた野菜に栄養をも ・ち、収穫した野菜を清潔に安全に調理して食べる。					
	家庭					・ご飯を炊く ・野菜の調理 ・食事の意義	・楽しい食事の工夫 ・栄養のバランス ・家族と一緒に食事	
	体育(保健領域)			・毎日の健康と生活	・育ちゆく体とわたし	・けがの防止 ・心と健康	・病気の予防 (望ましい食習慣) (規則正しい食事)	
	道徳	食に関する生命尊重、礼儀、責任感、勤労生産、郷土愛、国際理解などの内容について、心情を培い豊かな心を育む。						
	生活・総合学習	・学校探検	・やさいを育てよう	・わが町発見	・探せ！地域の日本ー！	・お米をつくらう	・だれもが安心して生活できる町にしよう	
	個別相談指導の方針及び取り組み方	・朝食欠食率や好き嫌い等の実態調査の実施と結果公表 ・アレルギー疾患や肥満等、個人の健康課題をもつ児童や保護者への生活・栄養相談 ・偏食の指導						
	家庭・地域との連携の取り組み方	・給食献立表と給食だよりの発行、給食試食会、栄養職員等による食に関する講演会、郷土料理講習会、共同調理場の見学、家庭教育学級の開催など ・子どもの実態や地域の特性等から、目指す子ども像を明らかにする。そして、その達成のために学校を中心にしながらも、保護者や地域と連携してどのように取り組むかの具体的な計画を記載する。						

《資料2：食に関する年間指導計画 第6学年》K市立O小学校

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
教科・道徳・総合的な学習の時間	社会	○米作りから古くからの食文化の発展について学ぶ<社> ○食料開始「東馬台の食文化」<社>	○恒武天皇と都の歴史・大和からの食文化<社>		○徳川家康と江戸幕府・現在に繋がる食品<社>		○明治維新を振り返りあつた人々・海外の食文化や食品<社>		○戦争を体験した人々の暮らし・戦後の食糧事情<社>		○日本と関係の深い国々・外国の食文化理解<社>	○世界の中の日本・外国からの食料品の輸入<社>	
	理科	○生き物と養分・炭水化物とビタミンC<健>		○生き物と養分・植物の葉と日光<健>	○生き物と養分・食物の消化吸収と栄養素<健>				○からだのつくりとたんぱく質・消化吸収と必要な栄養素<健>		○生き物の暮らしと自然環境・食物連鎖と生態系<健>	○生き物の暮らしと自然環境・食物連鎖と生態系(体)	
	家庭			○家族が喜ぶおかず<健>			○おせわのよき食事・栄養のバランスと家族と一緒の食事<健>	○おせわのよき食事・家庭や地域に伝わる郷土料理<健>			○伝えよわたしの気持ち・食事やおやつの特徴<健>	○伝えよわたしの気持ち・食事の工夫による家族の団円<健>	
	体育科(保健領域)			○病気の予防・望ましい食習慣<健>							○病気の予防・規則正しい食事<健>		
	道徳	「自主・自立」給食の特別準備や数人づきなどの活動<社>	「集団生活の向上」行先での自分の役割<社>	「勤労の尊厳」給食の準備の大切さを理解し、みんなのために働く<社>	「礼儀」まわりの人々との気持ちのよい交流することの大切さを理解する<社>		「食文化」食文化の発展と健康の大切さを理解する<社>	「人間性」食文化の発展と健康の大切さを理解する<社>	「食文化」食文化の発展と健康の大切さを理解する<社>	「食文化」食文化の発展と健康の大切さを理解する<社>	「食文化」食文化の発展と健康の大切さを理解する<社>	「食文化」食文化の発展と健康の大切さを理解する<社>	「食文化」食文化の発展と健康の大切さを理解する<社>
	他教科												
	総合的な学習の時間	「だれもが安心して生活できる町にしよう」一人暮らしの老人の給食サービスの体験 ○相手に思いやる気持ち、さらに自分の周りの環境にも目を向け、食べたことを大切にしようとする心を育てる<健・感・社>											
特別活動	給食の時間における食に関する指導	○食への物の働きについて知る ・3つの食品群と栄養的特徴を知り、進んで食べよう<選> ●望ましい食習慣を身につけよう ・給食の準備や後片付けをきちんとしよう<社> ・食事のマナーを身につけよう<社>											
	給食指導	○食事と健康について知る ・給食について知る<重> ・成長期の食事について知る<健> ・栄養診断をしよう<選・健・重> ●食事の環境について考えよう ・みんなで協力し、楽しい給食にしよう<重・社>											
	学級活動	○給食のきまりを定めよう ・協力して給食の準備・後片付けをしよう<社> ○食べ物の働きについて知る<健> ・どんな食べ方がいいのか(食)											
学校行事等	入学式<社>	運動会<社>	交通安全教室<社>	授業参観<社>	夏休み	招待給食<感>	日の薬膳デー<健>	個人面接	授業参観<社>	始業式<社>	新年生体観入学	六年生を送る<社>	
	始業式<社>	給食試食会<重>	交流給食<社>	学校保健委員会<健>	新築の食の祭典<社>	全校遠足<社>	輪刈り<社>	学校保健委員会<健>	終業式<社>	身体測定<健>	授業参観<社>	卒業式<社>	
	終業式<社>	田植え<社・文>		終業式<社>	郷土料理の祭典<社>	始業式<社>	収穫祭<感・文>		終業式<社>	給食参観<重>	学校保健委員会<健>		
食文化の伝承	旬の食材	ザンパルー	たけのこ	甘夏、はたて	トマト、しじみ	かぼちゃ、いも	ブルーベリー	さんま、りんご	りんご	みかん、いも	りんご	いちご	
	地産産物の利用	りんご	山菜、にら	アヲン	うなぎ、いも	なす、きゅうり	なし、いも	紫、きのこ、いも	たら、りんご	りんご	りんご	菜の花	
	食文化の伝承	にんにく、初雪茸	福午の節句	はたての日	にんにく、初雪茸	にんにく、初雪茸	にんにく、初雪茸	にんにく、初雪茸	にんにく、初雪茸	にんにく、初雪茸	にんにく、初雪茸	にんにく、初雪茸	
	行事その他	入学進級お祝い	入学進級お祝い	節よい食事	節よい食事	節よい食事	節よい食事	節よい食事	節よい食事	節よい食事	節よい食事	節よい食事	
保護者・地域との連携	家庭訪問	給食だよりの発行	給食だよりの発行	給食だよりの発行	親子料理教室	給食だよりの発行	給食だよりの発行	給食だよりの発行	給食だよりの発行	給食だよりの発行	給食だよりの発行	給食だよりの発行	
	家庭での食生活把握	給食試食会	給食試食会	給食試食会	親子料理教室	給食試食会	給食試食会	給食試食会	給食試食会	給食試食会	給食試食会	給食試食会	

<>内は、食に関する指導の内容を示す。 <重>食事の重要性 <健>心身の健康 <選>食品を選択する能力 <感>感謝の心 <社>社会性 <文>食文化 [教]「食生活を考えよう」(文部科学省)

(11) 学校給食を行っていない学校での、食育の進め方

食育は、子供の生涯にわたっての健康づくりと、知育、徳育及び体育の基礎となるものであるとの考えから、健康教育の一環として、一層推進していくことが求められる。学校では、「食に関する知識」「食を選択する力」「望ましい食習慣」を家庭や地域と連携しつつ身に付けさせ、健全な食生活を実践することができる人間を育てることを目指し、様々な課題を踏まえ、知識の教授だけでなく、実際に経験をさせるなど、教育活動全体を通し、児童生徒に食に関する指導を行うことが大切である。

(12) 具体的な食育の内容

- ①食事の重要性 ② 喜びや楽しさ
- ③望ましい栄養や食事の摂り方の理解と自己管理能力
- ④食品の品質や安全性等の判断力
- ⑤食物を大事にすること
- ⑥生産等にかかわる人への感謝の心
- ⑦食生活のマナー ⑧食事を通じた人間関係形成能力
- ⑨各地の産物、食文化や食に関する歴史等の理解と尊重する心

(13) 食育の活動例

①学校保健委員会を年1回開催しての食育活動の推進

- ②学校栄養士と担任による発達段階に応じた全学年食の授業実践
- ③好き嫌いをなくす親子料理教室の開催～県産品や地

【具体的な取組】

- ◆給食だより
 - 「食育月間特別号」の発行
 - 夏休みに陥りやすい食生活
 - ・朝ご飯が不規則 ・夜遅くまで食べている
 - ・おやつをだらだら食べる ・好きなものばかり食べる
 - どんなことに気をつけて食べたらいいのかな
 - ・1日3食、規則正しい食事をしよう
 - ・色の濃い野菜を進んで食べよう
 - ・牛乳・乳製品をとろう
 - ・アイスなど冷たいものを食べすぎない
 - ・あぶら分のとりすぎに気をつけよう
 - ・おやつに、スナック類、清涼飲料水をとりすぎない
 - 夏バテ知らずの夏の食べ物
- ◆クラブ活動
 - 「津軽の料理」クラブ
 - ・昔から伝わる津軽の郷土料理(お菓子)をつくりそのよさを知る
- ◆家庭教育講座での食に関する講話
 - 給食試食会、「楽しく食べる」「元気に育つ」「親子で楽しむ」
- ◆給食の時間における食に関する指導
 - 食 材 ○食 習 慣 ○マナー ○食に関するクイズ

域の食材使用～

- ④フランス料理教室～キッズ・シェフ県産品を使ったレシピを考案～
- ⑤社会科との関連を図ったバケツ稲づくり～米作りの展望を探る～
- ⑥りんご栽培，新品種を追究する総合学習～これからの栽培，流通～
- ⑦学校園を活用した栽培活動と収穫の楽しさを体験する活動

(14) 食育の工夫

- ①食育は親子で考える
- ②学年に応じたカリキュラムの作成
- ③親子で作る，県産品の活用 ④児童が考えたレシピ
- ⑤教科学習との関連を図る
- ⑥青森県の得意分野をさらに深める
- ⑦自分たちで体に良い物やおいしいと思う物を作り，食べる活動

7 研究の成果と課題

(1) 研究の成果

<表 2：H20年度新体力テスト>

※太字は県平均値を上回ったもの

学年	性別	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横跳び		20分間持久走		50分間走		立ち幅跳び		ソフトボール		合計点	
		春	秋	春	秋	春	秋	春	秋	春	秋	春	秋	春	秋	春	秋	春	秋
1	男	5.8	6.7	11.5	18.1	19.9	21.9	30.4	31.0	20.9	33.3	11.8	10.9	110.2	110.4	10.5	12.4	28	34
	女	6.4	7.4	10.6	16.2	25.5	27.8	28.5	28.7	16.5	22.6	11.9	11.1	102.4	108.6	6.0	7.9	29	35
2	男	8.2	8.8	13.6	14.1	25.6	26.5	34.6	36.1	28.2	28.6	11.3	10.4	118.2	121.8	13.8	16.9	36	37
	女	7.4	8.7	12.4	13.8	26.6	28.7	32.6	36.5	25.7	27.4	11.2	10.4	122.1	122.1	6.7	11.0	36	41
3	男	11.39	11.4	19.1	20.6	25.2	26.7	43.4	43.3	40.8	52.9	10.2	9.6	141.9	142.3	18.4	21.1	46	49
	女	10.19	10.2	19.5	20.6	30.1	32.3	39.5	39.5	31.1	39.7	10.6	10.0	123.4	123.4	11.3	6.0	46	48
4	男	12.4	13.6	17.8	18.9	25.6	28.7	38.8	38.3	38.3	41.5	9.8	9.6	140.2	143.1	20.0	22.3	45	48
	女	12.4	13.3	17.1	18.7	33.5	37.3	36.5	36.5	30.7	35.0	10.1	10.2	139.8	141.9	11.7	12.8	49	53
5	男	16.0	18.0	21.3	20.9	32.0	34.2	46.0	46.7	60.5	61.5	9.4	8.9	158.3	158.3	26.1	28.4	57	65
	女	17.1	17.6	21.7	21.7	36.0	36.3	48.9	47.6	51.7	57.9	9.6	9.3	147.0	147.0	13.3	14.9	60	62
6	男	18.4	21.9	23.3	24.9	30.7	36.7	49.5	51.7	66.0	71.0	9.1	8.5	169.9	174.3	33.4	36.2	62	68
	女	20.2	20.3	20.2	20.8	33.4	39.1	50.7	52.3	48.2	49.2	9.3	8.9	154.4	162.4	19.4	18.6	63	66

①新体力テストの集計結果

日常生活の中で，運動する場や環境を設定し，運動に触れる経験を増やすことで，すぐに結果が現れるわけではないが，個々の体力の向上を手助けすることができた。

②教科体育

教師が各学年の課題をしっかりと把握し，ねらいを持って日々の授業に継続的に取り組むことで，子供の力を着実に伸ばすことができた。体力的な課題を伸ばすのに役立つゲームや運動を知識として持つことも今後の財産となった。また，子供の側にも，「何のためにこの運動をやるのか」という意識を持たせて学習に取り組みさせたことも体力向上に不可欠な要素であった。

③教科外体育

行事や業間，児童会活動などで，たくさんの運動に触れさせる機会をつくり，なおかつ，「この運動おもしろそう。やってみたい。」という意欲を持たせる運動を取り上げることで，自然に子供が体を動かすことができた。運動に触れさせる機会を間をおかずに頻繁に設定することで，運動機能の低下を招くことなく，体力の維持，増進につなげることができた。

④生活習慣アンケート

春に行ったアンケートよりも「体を動かすことが好き・大好き」の人数が増えた。運動する機会を学校生活でたくさん増やすことが運動が嫌いを増加させてはならない。そのことを考えたうえで，「体を動かすことが好き」ということは，これから生涯にわたって運動に親しんでいくための素地となると考える。

⑤家庭

「新体力テストの個人票の配布」や「お便りや参観日の全体会」等で体力向上に関する話を多くすることで，家庭に帰ってからなわとびやマラソン，スポーツクラブへの加入などの話が聞くようになるようになり，学校と家庭での両輪が少しずつ回り始めてきた。

⑥食に関する指導

毎日の給食の時間における食に関する話や栄養教諭教育実習などを通して，「嫌いなものも少しでも食べてみよう。」という子が増えてきた。体を動かすことだけでなく，「体の芯」を鍛えて，健康をより意識できるようになってきた。

⑦地域との共催行事「合同運動会」

学校・地域合同運動会を実施している。大人の種目はレクリエーション的なものではなく，綱引き，リ

レー、マラソンと本格的である。大人が一生懸命全力で競技に取り組んでいる様子を子供が見ている。大人が子供の競技を見るよりも、子供が大人を見る方が真剣である。なぜなら、大人は子供に自分の過去を見出すのに対し、子供は大人に自分の将来を見出す。子供の視線に応えるのが大人の責任である。

⑧全教職員が協働で取り組もうとする意識の醸成

子供たちが、めあてをもって楽しく運動ができ、なおかつ体力がつくようにするにはどうしたらよいか、みんなで考え、話し合い、そして実際にやってみる。大人が楽しくなくて、子供が楽しいはずがない。

試行錯誤する過程では、時に意見の対立もあった

が、子供のためにという思いで心一つにして取り組んだ。じっくり考え、じっくり話し合い、意見を出し合い、すりあわせ、納得する。それをとことんやろうとするととても辛く苦しいものになる。しかし、そういう作業を繰り返しながら高められた考え方に収束させていく過程での充実感や満足感は、時として高揚感を覚える。

子供達が、できないことをできるようになろうと夢中になったり、できるようになって喜んでいたりする様子を見ると、教師としてのやりがいと楽しさを感じることができた。

健康教育取組に対する評価 < H20学校評価、学校評議員会議、参観日保護者感想 >

	健やかな体	確かな学力	豊かな心
保護者	<ul style="list-style-type: none"> ・体育集会で取り組んだ活動を家庭でも真似てやるようになり、友だちと楽しむ姿を見て、嬉しく感じる ・体力テストの個人結果から、「握力」「投力」「柔軟性」を話題にし、体力に対する関心が高まり運動する機会が増えた ・冬に玄関先の雪片付けをするなど実生活で体を動かす機会が多くなった ・春と秋のマラソン記録会が楽しみで参観者が多いことにびっくりした ・朝食簡単レシピ募集に応募したことで食について考える機会になった 	<ul style="list-style-type: none"> ・先生は子供を理解し、勉強を一生懸命真剣に教えている ・宿題をしているときは集中してやるようになった ・休みの日のテレビゲームは時間を決めてやるようになった ・生活習慣に関するアンケート結果、考察を保護者会でもらい、学習習慣と学力との相関関係や、基本的な生活習慣の重要性についての認識が高まった 	<ul style="list-style-type: none"> ・先生は子供の間違った行動をきちんと指導している ・学校で体を動かして帰ってきた日は夜ぐっすり眠るので朝は寝起きがすっきりしているようでさわやかだ ・よさこいソーランなどの学校での活動が家庭でも話題になり、家族ぐるみで運動することでコミュニケーションを図る機会が増え、こどもの精神的な安定にもつながった ・津軽の伝統文化（黒石よさこい等）を保護者や地域の方と一緒に踊り関わり合いを深めることができた
地域	<ul style="list-style-type: none"> ・地区合同運動会を地域住民と共同企画、運営することで、世代交流はもちろん、地域ぐるみで運動を楽しむ意識が高まった ・運動会で子供の前で声援を受けながら走ることでき、この日のために練習してきたよかったと思った ・消防団、先生、PTAでのソフトボール対抗戦を開催し、児童も参加できるようにしたことで、地域ぐるみで運動を楽しむ機会ができ、運動の楽しさを味わうことができた ・保護者から食事について子供と話す機会が多くなったと聞いている 	<ul style="list-style-type: none"> ・文武両道、外で元気に遊んだら、家で勉強も頑張ってもらいたい ・健全な魂は、健全な肉体に宿るといわれるように、体を鍛え勉強も頑張ってもらいたい ・学校開放事業として、体育館が地域スポーツに使用され、児童も積極的に参加している ・公民館主催の活動に積極的に参加する子供が増え、学校の教育活動に関心を寄せる地域住民が増えた 	<ul style="list-style-type: none"> ・外で友達同士よく遊んでいる ・外での遊びを見ていると、ルール違反についてもめていることがあるが、互いに話し合って解決している ・外遊びにゲーム機も持ってきている子供もいるが、体を動かす遊びに専念してほしい ・地区合同運動会の町内の部は、町内対抗戦となっており、子供と地域住民との交流とともに、住民同士が互いを知り、協力し合い、いたわり合う貴重な体験の機会となっている
子ども	<ul style="list-style-type: none"> ・業間マラソンは進んで参加している ・朝や放課後もマラソンに取り組んでいる ・体育集会の活動は短い時間で色々な運動ができるので楽しい ・夕食の時に栄養のことや学校のことを話すことが多くなった 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動した後は、短い時間に集中して勉強できるようになった ・縦割り班でのサーキットトレーニングや児童会活動での運動集会、大縄大会、ドッジボール大会で、友達同士協力し合いながら行っているの、勉強にも役立つ 	<ul style="list-style-type: none"> ・先生は頑張ったところやいいところをほめ、間違った行動はきちんと注意してくれる ・困っているとき先生に話しやすくなり、先生もしっかり聞いてくれる ・教えたり、教えられたりすることが普通になった
教員	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に意欲的に取り組める児童が増えたのは、児童の力に応じた目標の設定や友達、教師からの声かけなどが充実してきたからだと思える ・運動会で保護者や地域の方が一生懸命競技に取り組んでいる様子を見るのが生涯スポーツにつながる ・ライフスタイルの見直しを図るため、栄養教諭実習の指導、食育の視点での給食指導、保健領域の学習指導、家庭科の学習指導等を関連づけ、総合的に指導する意識が高まった ・給食の時間は、食べることの喜びや楽しさを味わわせることができた 	<ul style="list-style-type: none"> ・教え合い学び合いが日常化し、協力して学ぶ態度が身に付いてきた ・生活習慣と学習習慣の関わりを意識して指導するようになった ・家庭学習について、児童の実態をもとに発達段階を考えながら、より細かな計画を立てて取り組ませるように見直すことができた ・国語の中での健康教育関連教材を全学年で取り組むことができた ・業間にみんなで体を動かした後の授業は、表情が穏やかで落ち着いて学習に取り組むようになった 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しく学ぶことで心が解放され、うまくコミュニケーションを図ることができるようになった ・教員と児童と一緒に外遊びをする機会が増え、児童理解や交流の場として活用できた ・食生活でのマナーや食事を大切にし感謝する心を育むことができた ・児童相互の学び合い、教え合いが日常化し、相手を思いやる心やいたわる心など、他者意識が育ってきた

(2) 課題

- ①子供たちは、自分の「体力」については「新体力テスト」の記録を比較することである程度確認することができる。体力づくりを意識させる手段、運動の楽しさの尺度、運動への意欲を判断する手段を探っていく必要がある。
- ②子供が学校で学習した食育が家庭にどのように入っていくことができるか。父親、母親、子供の食に対する意識がそれぞれ違う。子供が一人で食事をすることもあるため、家庭での食に関する約束を子供一人で実践していかなければならない場合もある。学校で子供が食育について勉強し、保護者にも関心を持っていただく必要がある。
- ③学校の指導で、握力、柔軟性の向上、運動機会の確保、運動嫌いの解消への取り組みについて、活動の何を捨て、何を改善し、何を新たに組み込むかマンネリ化を防ぐ必要がある。
- ④保護者には、体力テスト結果を配布し体力問題の現状と課題を周知する。体力づくりへの意識高揚を図る。低学年からの運動遊びの大切さを認識してもらい、休日の外遊びの奨励し、望ましい生活習慣の定着を図る必要がある。
- ⑤地域の教育力を活用した体力づくりとして、運動部活動を補完するスポーツクラブや公民館事業への積極的な参加、そのための学校施設の開放を積極的に進める必要がある。

(3) 課題への対応

教育目標達成のため、校長の教育理念のもと学校経営ビジョンを示し、指導計画の策定、評価項目の設定をしなければならない。人間尊重の精神を基調として、知、徳、体の調和のとれた教育活動に取り組み、自主的に忍耐強く運動や食育に取り組む児童を育成する必要がある。

そのためには、学校が地域、家庭、児童の実態を十分把握し、組織として常に改善意識を持ち続けることである。運動の技能向上とともに運動することの楽しさ、食について学ぶことの楽しさを味わわせることが重要である。さらに、失敗や間違いを許せる安心できる環境づくり、つらく苦しいことにも挑戦し達成感、成就感を持たせる支援、指導が必要である。

- ①目標を共有することで教職員の学校経営への参画意識を高め、見直しをもって体力向上に取り組みさせる。個人の運動技能を高めることは勿論であるがそれだけに頼るのではなく、組織力を向上させることで課題解決を図る。

- ②これまでは健康教育を保健安全部で行っていたが、それを保健安全部に加え研修部の2つの組織が担当するよう校内組織を見直す。健全部と研修部の業務を兼ねて行う教員を配置し、教科の学習指導と体力づくりの研修を連携させて取り組む。保健安全部は主に健康管理を担当し、研修部は健康教育を行う組織に改め、両組織を兼ねる教員により健康管理と健康教育を学校体制としてスムーズに推進させる。
- ③教務主任には健康教育についてリーダーシップを発揮できる若手ミドルリーダーを配置することで教育課程全般を見直し健康教育を推進できる体制を整える。特に、教務主任は研修主任、体育主任と協働して取り組み、教頭への報告、連絡、相談を徹底する。また、各主任から出される計画、資料から分掌の取り組み状況を把握し教育課程を見直し随時改善する。さらに、放課後に各主任と定期的な短時間の会議の時間を設定し、進捗状況の確認と課題解決のアドバイスをする。
- ④研修主任が作成した全体計画のもとに学年毎の指導計画を作成し実践しながら、ことあるごとに評価し、継続的な課題や新たな課題を洗い出し改善を図る。評価と改善を繰り返すことで、形骸化を防ぐ。また、体力向上に向けた研究の進捗状況を把握するとともに実技研修の企画や運動、食育と各教科との関連を整理し、学力向上との連携を図りながら校内研修を推進する。
- ⑤体育主任は、現状の新体力テストの結果を分析し児童の実態を明確にする。学校で実施している体育的活動を整理し、継続するもの、止めるもの、新たに取り入れるものを体育の時間と教科外での取り組みに再構成する。体力向上に関わる活動例の資料提供や体育での活動に関する実技研修の内容をまとめ、教員間での指導に差異が生じないようにする。
- ⑦学校栄養職員は、食育に関する研修の資料を提供する。子供が楽しんで学習した食育の内容を、家庭での食事のときに家族で話題にできるようにしたり、夏冬休みには前には長期の休みに目標をもって生活できるようにしたりするなど給食だよりを工夫する。
- ⑧教頭は、各主任の取り組みを常に把握し、朝の打合せや職員会議で情報を提供することで学校全体での取り組みとして協働意識を高める。保護者や地域に情報を発信し成果を共有するとともに、意見や要望を整理し教育活動の改善に役立てる。家庭、地域との双方向の情報交換システムを構築する。そのため

に、学校評価や保護者アンケートなどでの意見要望をまとめることはもとより、地域への連絡等は単に電話連絡で済ませることなく、積極的に地域へ出かけFace to faceで情報の提供と収集に努める。

IV まとめ

これまでの取り組みを振り返り、「健康教育を中心に据えた学校経営」について整理しまとめた。

- 1 体力向上と食に関する指導による「健康教育」を教育活動の中心に置き、学校経営を構想し実践することは（A）生きる力を育む具体的な活動を生む、（B）教職員の協働化を促進する、といった点から有効である。
- 2 全校体制での体力づくりとして、運動する楽しさや心地よさを感じる活動、ねばり強く体力づくりに取り組む活動、その他の活動、に取り組みせることが重要である。
- 3 食育の取り組みとして、食に関する指導の全体計画、食に関する指導の年間指導計画を作成した。学校給食をランチルームでおこなっていることを活用し、給食の最後には栄養士から季節に応

じた食材の話といった講話をおこなうことが大切である。

- 4 健康教育を学校経営の中心に据えることは可能であるが、保護者との連携が重要である。

引用参考文献

- 1 文部科学省「子供の体力向上」2014
(http://www.mext.go.jp/a_meru/sports/tairyoku/1266260.htm)
- 2 青森県教育委員会 体力向上モデル事業「運動する楽しさや心地よさを感じながらねばり強く体力づくりに取り組む子の育成」研究推進校報告書2008
- 3 青森県教育委員会「学校における食育マニュアル」2007
- 4 天笠茂 子供の心と体の健康を育む学校づくりぎょうせい2015
- 5 竹井亮, 上野秀人「健康教育プログラム作成のための実態把握とその活用」弘前大学教育学部研究紀要クロスロード, 第19号, 2015
- 6 玉置 崇 チームリーダーの仕事術 明治図書2015
- 7 小島 宏 校長の仕事基本手帳 教育開発研究所2013 (國分康孝監修, 小林正幸, 相川充編) ソーシャルスキル教育で子どもが変わる 小学校, 図書文化, 3-7. (2016. 1.18 受理)