

令和7年度 若栗小学校アクションプラン -2-

重点項目	健やかな体の育成（体）	
重点課題	基本的生活習慣における自己管理能力の向上	
現 状	<p>昨年度は、毎週月曜日に「健康生活調べ」を実施してきた。昨年度の結果から「つめ・ハンカチ・ティッシュ」の3項目は、概ね達成している。しかし、生活リズムを整える「早寝・早起き」は、個人差が大きく、学校での生活に影響が見られる子供もいる。メディアとの関わりについては、昨年度までの数年間積極的に呼びかけを行い、メディア以外の楽しさを見付けられている児童も増加している。</p> <p>そこで今年度は、基本的生活習慣の大切さやメディアとの適切な関わり方について子供たち自身がより意識して取り組むことができるようにしていきたい。</p>	
達成目標	セルフマネジメント（早寝早起き、メディアとの関わり、食事など）について自己評価し、目標を達成する児童が80%以上になることを目指す。	
方 策	<ul style="list-style-type: none"> 毎週月曜日に、健康生活調べ（早寝・早起き・メディアのきまりを守る・好き嫌いなく食べる・月別目標・防犯ブザー）を実施し、生活習慣を自分自身で見つめ、管理できるよう指導する。また、家庭とも連携を図り、より意識して生活できるように促す。 学校保健委員会では、健康生活調べの項目と関連のあるテーマを設定し、基本的生活習慣の大切さについて指導する。 学級活動等の保健指導と結び付けながら、保健委員会を中心に呼びかけや掲示を行い、健康な生活を見える化することで、児童の意識を高める。 学期末には振り返りカードを記入する時間を設け、家族と共に振り返る場を設定することで、今後の自分の生活を見直すよう指導する。 望ましい生活習慣や「健康生活調べ」の結果を各種たよりで家庭にも知らせたり、学級懇談会で話題として取り上げたりすることで、理解と協力を得る。 	
達成度	<p>・「メディアコントロール」の自己目標を達成できた割合（全校） 1学期 86% 2学期 88% 3学期 84%</p>	
具体的な取組状況	<ul style="list-style-type: none"> 月曜日に実施する健康生活調べについて、金曜日に保健委員会が昼の放送で呼びかけを行うとともに、担任が週案や連絡帳を通して事前に周知した。これにより、週末の過ごし方を自ら意識し、主体的に生活を整えようとする子供が増加した。 1学期は、気持ちのよい挨拶や歯磨きの大切さについて、保健委員会が各教室を回って啓発活動を行った。2学期は、学校保健委員会において排便の重要性をテーマに外部講師を招き、専門的な指導を受けた。3学期は、手洗いチェッカーを活用しながら、手を清潔に保つことの重要性を一人一人が実感をもって理解できる取組を行った。 毎週金・土・日のいずれかを「メディアコントロールデー」と設定し、家庭での過ごし方について児童自身が考え、実践できるよう継続的な指導を行った。 全学年において、学期初めに基本的生活習慣の定着を目指した計画を保護者と共に立案した。計画を基に、自身の生活を振り返りながら、メリハリのある生活を意識できるよう支援した。1学期はメディアに関する達成度が低い傾向が見られたため、2学期から毎月末に実施状況をカードに記録し、自己評価を行って意識できるようにした。 学期末には、健康的な生活を送ることができたかを総合的に振り返るとともに、家族からの励ましの言葉を記入していただいた。担任は日常的に児童の実態を把握し、目標に達していない児童に対しては、適切な励ましと支援を継続している。 	
評 価	A	<ul style="list-style-type: none"> 今年度は、「自分の大切な身体は自分で見守ろう」をスローガンに掲げ、児童が自ら生活を振り返り、自己調整できる力の育成を目指して取り組んできた。1年間の取組の結果、全校児童の達成率は88%となり、目標としていた80%以上を達成することができた。学期ごとの数値を比較すると、1学期は86%、2学期は88%、3学期は90%と、概ね向上傾向が見られた。 取組の様子やカードの記述内容を総合的に見直すと、児童は自分の生活を振り返りながら、目標を再設定したり、より高い目標を設定したりする姿が見られた。自身の実態と向き合い、よりよい生活を目指して努力しようとする意識の高まりがうかがえる。 今年度は、メディアコントロールデーのみに特化せず、基本的生活習慣全体を意識した取組を進めた。その結果、全項目の中ではメディアに関する数値がやや低い傾向となった。来年度以降も、児童が自ら考え、主体的に行動へとつなげていけるような指導と支援を継続していくことが重要である。
次年度へ向けての課題	<p>・子供の実態に合わせた各家庭でのルールを設定したが、児童が自己調整する力は不十分である。継続して家庭への啓発、児童への指導を行っていきたい。</p>	