

食教育

体力づくり

山野の児童生徒

- ・大きな基本的な生活習慣のくずれを持つ児童・生徒はいない。
- ・喫食率は大変高い。

めざす児童生徒

安全で体に良い食品を選択できる児童・生徒

- ・毎日朝食を食べる子ども
- ・給食を残さず食べる子ども
- ・健康を考えおやつを選べる子ども

本年度の取り組み

- 安全で体に良い食品について考える。
- ・アンケートの実施
- ・小中合同料理教室
- ・食の授業



山野の児童生徒

- ・休憩時には、Tボールをしたり、体育館でバドミントンをしたりしている子どもがいるが、運動量は多くない。

めざす児童生徒像

自ら進んで体力づくりに取り組む児童生徒

- ・楽しみながら進んで運動する子ども
- ・積極的に部活に取り組む子ども(中)
- ・目標を持って運動に挑戦する子ども

本年度の取り組み

- 外遊びをする
- ・業間体育
- ・体育の授業の工夫と充実
- ・部活動の工夫と充実(中)

小中連携のメリット

- ・小中合同で外部講師を招き、「食教育プログラム」の研修を持つことで、小中同じテーマで2学期の「食の授業」につなげることができた。
- ・食のアンケートを小中合同で実施・分析して、山野の児童生徒の全体像が把握できた。保護者にアンケートの分析結果を伝え、それについての保護者の思いを把握しながら食教育を進めている。

食

おやつについてのアンケートをとり、分析を行った。その結果、約8割の子どもが毎日おやつを自分で選び、好きなだけ食べていることがわかった。そこで、「安全な食材・食品を選ぶ力をつける」と研究のサブテーマを設定し取り組みを進めた。

小中合同料理教室

ねらい

- ・身近にある食材を利用して簡単におやつ作りができることを学習させ、自分でも作ってみようという意欲を高める。
- ・手作りおやつと市販のおやつとを比較し、安全面から手作りおやつの良さに気づかせる。

作ったおやつ

- ・豆腐プリン
- ・人参蒸しパン
- ・フルーツ白玉
- ・お好み焼き



子どもの反応

「簡単に作ることができてよかった。家でも作ってみたい。」「人参蒸しパンがおいしかった。」「卵の殻のこと、お皿をきれいに洗うなど衛生についても学習することができた。」などの感想があった。「食品・食材の安全性」について、子どもたちに考えさせることができた。

食育授業

ねらい

小学校

- ・わたしたちが食べている市販のおやつは、砂糖・塩分・油が多いこと、かたよった取りすぎは、体に良くないことに気づかせる。

中学校

- ・食品の原材料表示と成分表示から、食品の安全性を考え、食品選択への関心を高める。

授業内容

中学校

市販のおやつに含まれる塩分量や食品添加物などを調べ、1日の摂取量と比較し体への影響を考えた。

子どもの反応

「次回から成分表示を見て、食品添加物の少ないものを買おうと思った。」という感想が多くあった。

成果と課題

- ・アンケート結果をまとめたものを通信として配布したことにより、保護者と連携しながら進めることができた。
- ・料理教室を通し、子どもが安全なおやつを作ることができるようになった。
- ・先に食の授業などをして課題意識を持たせて、料理教室を持てばより効果的であった。

5月に小中それぞれ体力テストを行った。体力テストの結果を昨年度の県平均値と比較すると、50m走・シャトルラン・投力課題があることがわかった。そこで、「外遊びをすることを通して、体力づくりを進める」と研究のサブテーマを設定し、取り組みを始めた。



合同行事

ねらい

- ・自分のめあてをもって運動し、仲間と協力してやり遂げようとする態度を育てる。

行事内容

- ・学区民運動会(9月)
- 〔小中合同組体操
地域合同年齢別リレー〕

子どもの反応

「組体操の3段タワーは難しかったが、力を合せ成功することができた。」「練習はとても厳しかったが本番で成功したのでよかった。」「多くの種目に出場したので大変だったが、チームで協力することができてよかった。」という感想があった。



外遊び・部活動

ねらい

- ・子どもたち自らが内容を決定し、楽しみながら体力づくりを行う。

取り組み内容

小学校

- ・準備運動
- 〔腹筋・背筋・腕立て各10回〕
- 運動場でのサーキット運動
- ・外遊びの奨励

中学校

- 〔Tボールリレー
おにごっこ
なわとび
バドミントン〕

中学校

- ・準備運動
- 〔腹筋・背筋・腕立て
各20回を3セット〕
- ・部活動の充実
- ・外遊びの奨励
- フリーテニス

成果と課題

- ・小中の合同組体操と一緒に取り組むことで、一人一人全力を出し切り、最後までがんばることができた。
- ・部活では、自分の課題に応じた自分の練習メニューを決め取り組んでいる。
- ・課題となっている領域のスポーツテストを再度実施して、取り組みを検証していかなければならない。

