

領域別評価表 【健やかな心身】

中期重点目標 (育成する力)	心と体の健康を考えて生活する力
-------------------	-----------------

数値指標 (本年度目標)	正しい姿勢を意識できた。90%(とても 50%) お子さんとメディアとの付き合い方について話し合った。 80% (とても 20%)	まとめ評価
		B

達成状況			
児童アンケート	正しい姿勢を意識できましたか。	肯定的回答 75% (とても 28%)	まとめ評価
		<p>できた 28% だいたいできた 47% あまりできなかった 18% できなかった 7%</p>	C
保護者アンケート	お子さんとメディアとの付き合い方について、話し合う機会を設けていますか。	肯定的回答 81% (とても 24%)	まとめ評価
		<p>設けている 24% とときどき設けている 57% あまり設けていない 18% 設けていない 1%</p>	A

<資料>

取組状況			
教職員アンケート	メディアの心身への影響について知る機会を設け、家庭と連携し、メディアとの付き合い方について考えられるようにする。	肯定的回答 78% (とても 22%)	
		<p>そう思う 22% だいたいそう思う 56% あまりそう思わない 17% 思わない 5%</p>	
教職員アンケート	全校の児童が、正しい姿勢を意識し保持できるよう、意識を高める活動と体の力を高める活動の両面から取り組む。	肯定的回答 78% (とても 33%)	
		<p>そう思う 33% だいたいそう思う 45% あまりそう思わない 22% 思わない 0%</p>	

年 間 評 価	総括（成果と課題）
	<ul style="list-style-type: none"> ・姿勢への意識を高めるために、悪い姿勢による体への悪影響を知ったり、自分の姿勢を振り返ったりする機会を設けてきたが、本年度は、姿勢保持のためには体幹を鍛えることも大切であることを保健指導に盛り込んだ。体育委員会が「体幹トレーニング」動画を作成し、全学年が朝の時間を使って、体幹トレーニングを実施した。児童はとても楽しんで取り組んでいた。 ・よい姿勢への意識を高めるだけでは一時的なものになってしまい、姿勢を保持することは難しかった。 ・メディアとどう付き合うと良いかを知り、自分にできることを考えられるようにすることをねらいとし、学年に応じた保健指導を全学年に行った。また、全校児童にメディアに関するアンケートを取り、結果を保健だよりに掲載して注意喚起を行った。 ・1～4年生はスマホ・ケータイ安全教室のDVD活用し、ネット使用に関するトラブルの未然防止を図るための授業を行った。5・6年生は県警によるひまわり教室で、オンラインゲームやSNSでのトラブル事案と、トラブルに遭わないための注意点について学んだ。感想では、メディアの使い方を誤ると危険な目に遭うので気を付けたいと多くの児童が書いていた。 ・児童によっては家庭で決めたメディアルールに関わらず、保護者が知らないところで長時間使用している児童もあり、自分で時間をコントロールする意識を高める必要がある。 ・冬休み中の「健康カレンダー」では、家庭でメディアに関するルールを決めてもらい、そのルールが守れたかどうか振り返りを行い、メディア使用に対する意識付けを行った。
	改善策
	<ul style="list-style-type: none"> ・体育の活動や書写など教科の授業とも連携して、よい姿勢の指導を継続して行っていく必要がある。また、体育委員の提案のように、児童が出したアイディアで主体的に取り組める活動の方が、児童は楽しみながらより姿勢への意識を高められると考える。「わくわくタイム」などの機会に、縦割り班で姿勢について振り返り、考える時間を設けるなど、児童がより主体的に取り組めるよう児童のアイディアをもとに工夫したい。 ・保護者の関心の高さが、その児童のメディアルールを守る意識の高さにつながると思われるため、保護者への注意喚起も継続して行っていく。

【健やかな心身】

目標 心と体の健康を考えて生活する力

①姿勢に関する保健指導

姿勢をよくしようとする意識を高めるために、普段の姿勢を振り返り、悪い姿勢による悪影響について考えた。さらに、姿勢保持のためには、よい姿勢を意識することの他に体幹を鍛えることも大切であることを指導した。よい姿勢は保健指導で意識を高めるだけでは保持することは難しいため、体育や書写など教科の授業とも連携して、よい姿勢の指導をしていく必要がある。

普段の自分の姿勢を
ふりかえってみよう



【保健指導の内容】

②姿勢に関する体育委員会の実践

全校の児童が、正しい姿勢を意識し保持できるようにするために、体育委員会から、体幹トレーニングを提案した。全校で行いやすいようにトレーニング方法を動画で撮影し、全学年が朝の時間を使って体幹トレーニングを実施した。トレーニングを行っている期間は、姿勢を意識したり、体幹トレーニングに意欲をもったりしている子が多かった。一方で、一時的な取り組みになってしまい、アンケートをとる学期末には、姿勢への意識の低下が見られた。姿勢の意識を習慣化させるためには、一時的ではなく継続的に行う取り組みが必要だと考える。今後は、朝の時間や業間体育だけでなく教科の時間を使いながら、継続的に行っていきたい。また、児童の出したアイデアから取り組みを考える方が、児童の主体性を高められると考える。「わくわくタイム」で姿勢をテーマにするなど、児童の姿勢への意識を、楽しみながら取り組み、より高められる工夫をしていきたい。



【体幹トレーニングの様子】

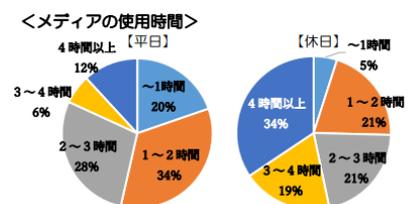
③メディアとの付き合い方に関する保健指導

メディアとどう付き合いとよいか知り、自分にできることを考えられるようにすることをねらいとし、1・2年生は家庭でのメディアルールについて、3・4年生はメディアコントロールについて、5・6年生はネット依存について知り、考える保健指導を行った。授業後の感想では、多くの児童がこれからは、ルールや時間を守りたいと書いていた。

オンラインゲーム	動画
【キーワード】 ログインボーナス、仲間、達成感、レベル、ガチャ、 タリアがない、巨額財、イベント、課金、アップデート、 無料	【キーワード】 おすすめ動画、ショート動画、終わりが無い 信濃義経、チャンネル登録、動画の冒頭にダイジェ ストを流す
【やめられない仕組み】 アップデート、いろいろものゲー ムにないようすがふえたりし て、とやめられない イベント、そのときにしかないもの などがてにいれられるから	【やめられない仕組み】 ショート動画は、下にスワイ プすると次の動画が出てき て、やめられない チャンネル登録は#3かな チコパーをとうろくしてい るから あんなにいい動画がこれくらい あるから

【保健指導のワークシート】

また、本校のメディア使用に関する実態を把握し、児童及び保護者にも知ってもらうために、全校児童にメディアに関するアンケートをとり、まとめたものを保健だよりで知らせ注意喚起を行った。児童によっては長時間使用している人もおり、自分で時間をコントロールできる力を付けられるような取り組みをしていく必要性を感じた。



【保健だより】

実践例

④外部講師等を活用したメディア教育

ネット使用に関するトラブルについて知り、トラブルの未然防止を図るために、1～4年生はKDDIのスマホ・ケータイ安全教室のDVDを視聴して、課金・長時間使用やゲーム障害・メッセージのやり取りについてのトラブル、知らない人と連絡を取り合うことの危険性について学んだ。5・6年生は県警によるひまわり教室で、オンラインゲームでのトラブル、SNSでのトラブル（写真の送付、悪口の書き込みなど）、メッセージのやり取りについてのトラブルとトラブルに遭わないための注意点について学んだ。実際に授業後には、トラブルに関する相談を児童から申し出てくることもあり、トラブルの早期解決につながった。身近な事例が話題に出ることで、児童にとって、メディアの使い方を誤ると危険な目に遭うということが、現実的に捉えられるよい機会となった。



【6年生ひまわり教室】

⑤保護者と連携した取り組み

家庭でメディアルールを作り、守れるよう、夏休み・冬休みの健康カレンダーでは、家庭でメディアに関するルールを決めてもらい、そのルールが守れたかどうか振り返りを行った。長期休業の期間は、メディアの使用時間が増えやすいので、少しでも意識付けができるよう家族で考える機会を継続的に作っていききたい。

おきるじこく(6:00) ねるじこく(9:30) (おきるじこくとねるじこく)				
わが家のメディアルール		ゲームは1日1時間		
おうちのひとときめてかきましょう				
◆できたら○、できなかったら×をかきましょう。				
◆うんどうはプール・ジョギング・ダンスなどのならいごとなど、からだをうごかすもの				
[7月]	21(金)	24(月)	25(火)	26(水)
おきるじこく	○	○	○	○
あさごはん	○	○	○	○
うんどう	○	○	○	○
メディアルール	○	○	○	○
ねるじこく	○	○	○	○

【夏休み健康カレンダー】