

令和6年度「60（ロクマル）プラス」優良実践校 実践報告書

1	実践校名	岩泉町立有芸小学校
2	実践名	各種調査結果を踏まえ、「運動」「食」「生活習慣」に向けた教職員の組織的・継続的な取組と保護者の連携及び児童会活動との連動による推進
3	実施対象者	教職員・児童・保護者
4	目標	○運動を楽しみ、目標をもって進んで運動する児童をめざす。 ○基本的生活習慣を身に付け、はじめのある生活ができる児童をめざす。
5	実践内容	ア (①・②) ○前年度の各種調査結果を踏まえた今年度の「60（ロクマル）プラスプロジェクト」推進に係る学校経営方針及び具体的な取組内容の説明と共有【資料1】 ○令和5年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を踏まえ、課題が見られる項目に関する運動領域の授業イメージの共有と業間運動におけるサーキットトレーニング内容への位置付け【資料1】 ○「60（ロクマル）プラスプロジェクトチャレンジカード」を活用（1・2・3学期毎）した実践による保護者への結果の公表と今後の取組の啓蒙【資料2】 ○「運動」「食」「生活習慣」について、年間を通じた「まなびフェストきらきら週間（1・2・3学期毎）の取組と校報による保護者への結果の公表と今後の取組の啓蒙
		イ (③・④) ○年間を通じた外遊びの推奨と業間運動におけるマラソン及び「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」での課題が見られる項目を位置付けたサーキットトレーニングの取組 ○児童の実態から課題が見られる「生活習慣（早寝・早起き）」に関する内容を長期休業中に実施する「歯みがきカレンダー」に位置付けた取組とミニ保健指導【資料3】 ○児童一人一人による毎月の保健目標の設定の記録、発育測定後のミニ保健指導、毎月の食育タイム等、健康に関して取り組んだプリント（第1学年からの蓄積）を綴った「健康ファイル」の保護者との共有 ○児童会主体による「運動」「食」「生活習慣」に関する取組と啓蒙【資料4】
		ウ (⑤) ・「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果から課題が見られた項目の経年変化（ターゲット学年）による向上（上体起こし：全国比R5と比較し50ポイント向上、ソフトボール投げ：R5と比較し23ポイント向上） ・家庭で運動をする児童の実践化に結び付いている。（「まなびフェストきらきら週間」の取組結果（1学期84％）※2学期は重点項目として取り組んでいないが、3学期には実施。 ・メディア利用に関する児童の意識が高まっている。（「まなびフェストきらきら週間」の取組結果（1学期：80％→2学期：88％）
6	成果	・「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を踏まえた体育の授業実践を教員に提供したことにより、授業改善の視点とすることの必要性と業間運動での継続取組による体力の向上が見られたことから、調査結果の活用の有効性を再認識することにつながった。 ・年間を通じた保健担当による多種多様なミニ保健指導並びに食育タイムの実施と児童会が主体となった取組も同時期に合わせて実施することにより、児童が「運動」「食」「生活習慣」に関する理解を深め、実践化を図る上で効果的であった。これは、年度当初に、「60（ロクマル）プラスプロジェクト」推進に係る学校経営方針及び具体的な取組内容の説明を行い、全教職員で共有を図ったことによるものである。 ・家庭での運動の意識の高まりは、運動の内容を児童自身がICTを活用して調べ実際に運動を行い、ふさわしい内容を選択し児童同士が提示する一連の過程において、運動に関する多様な動きのメニューを獲得することも要因の一つである。 ・基本的生活習慣の確立に関する「メディア利用」については、年度当初に保護者と約束を話し合って決め、1学期の「まなびフェストきらきら週間」の取組後、10月に「メディアルールチェックカード」を用いた取組を振り返り、今後のめあてを再度児童自身が立てた上で、2学期の「まなびフェストきらきら週間」に取り組むといった年単位における児童のPDCAサイクル化を図ることで、意識の高まりに結び付けることができた。また、委員会活動による「60（ロクマル）プラスプロジェクトチャレンジカード」の分析結果をもとに長期休業中の過ごし方についての呼びかけを行うなど、取組の幅を広げている。【資料5】 ・さまざまな取組については、保護者のコメント欄を位置付け進めているため、取組後の結果についても保護者に公表することで協力を得られている。
7	課題	・メディア利用に関する児童の意識は見られるが、メディア利用の時間と関連する規則正しい生活習慣（早寝・早起き）については、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の「健康であるための意識調査」項目の結果から、「早寝・早起きはあまりできていない」と回答した児童数及び「まなびフェストきらきら週間」の取組結果からも同様の課題が見えてきているため、保護者への啓発の機会を確保していくことが必要である。 ・学校における体育の授業の楽しさは、児童の運動習慣の確立の一助ともなることから、より一層の授業改善が求められる。
8	今後の予定	・上記実践内容に関する3学期の継続取組 ・授業参観PTA全体会における「まなびフェスト」の総括説明の際、規則正しい生活習慣の確立に関する説明及び啓発（2月） ・次年度「学校運営計画」の作成にあたって、「60（ロクマル）プラスプロジェクト」の推進の見直し

有芸小学校 まなびフェスト（令和6年度）

【学校教育目標】

笑顔いっぱい有芸小学校

よく学ぶ児童(知) 思いやりのある児童(徳) 健康でたくましい児童(体)

有芸小学校の「あいうえお か」

「あ」：あいさつしっかり！ 「い」：命を大切に！ 「う」：運動がんばる！ 「え」：笑顔いっぱい！
 「お」：思いやりの心！ 「か」：かしこい子…自分で考えよう 進んで表現しよう 本をたくさん読もう

確かな学力

【具体目標】

よく学ぶ児童（知）

- (1) 学習内容の習得（知識・技能）
- (2) 考えや気持ちの表現
（表現力・思考力・判断力）
- (3) 自分で考え解決できる力
（主体的に学習する態度）
- (4) 自己実現に向け、夢や目標を
もち学ぼうとする力

豊かな感性

思いやりのある児童（徳）

- (1) 進んであいさつや返事をする
- (2) 相手を思い合う心と行動
- (3) 読書による感性と想像
- (4) 美へ感動できる心

丈夫な体

健康でたくましい児童（体）

- (1) 進んで運動
- (2) 基本的生活習慣の確立
- (3) 自他の生命尊重と健康・安全
- (4) 健全な食生活

【学校での取り組み】

- ・すずらんテスト（国・算）の問題で説明する力の向上を目指す
- ・話をよく聴き、考えや気持ちを表現できる
- ・授業と連動した家庭学習を推進する（予習・復習・苦手克服）

- ・いつでも、どこでも、誰にでも、挨拶、返事、ありがとうと言える
- ・相手の立場に立ち、仲良く、助け合いながら生活できる
- ・進んで読書をする
1年：100冊 2年：80冊
3年：70冊 4年：60冊
5年：50冊 6年：40冊

- ・60プラスプロジェクトで体力向上、生活習慣の改善を図る
※天気の良い日の外遊び推奨
- ・業間運動、各種大会（水泳大会、陸上記録会、ロードレース大会）での自己の目標を設定した取組を行う
- ・自助・共助の意識の形成を図る
防災教育を充実させる

【家庭での取り組み】

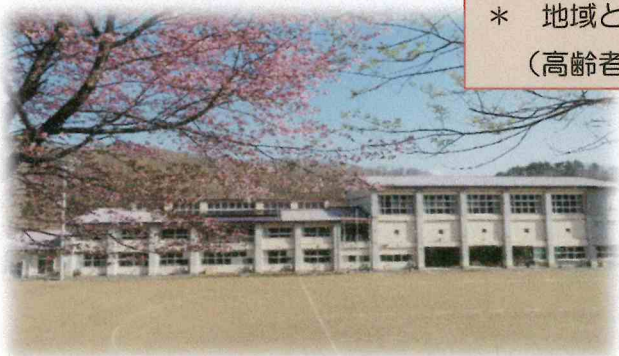
- 家庭学習はテレビを消し集中して取り組む
低学年：30分間
中学年：45分間
高学年：1時間
- メディア利用のルールを守り、読書をする

- 挨拶・返事・ありがとうのことばをかわす
- 家族の一員として、手伝い、仕事をする

- 早寝・早起き・朝ごはん（規則正しい生活）を習慣化する
- 休日にも運動し、健康な体をつくる

【地域での取り組み】

- * 子どもたちとのあいさつ
- * 地域と学校が一緒に活動する機会への参加
（高齢者学級、運動会、学習発表会、環境整備、各種発表会など）



- ☆ 学期ごとに、「まなびフェストきらきら週間」を設定し、重点的に取り組みます。
- ☆ 取り組みの様子は、アンケートを実施して共通理解し、反省を生かしていきます。

保護者の皆様

岩泉町立有芸小学校

校長 三浦 紀久果

「60プラスプロジェクト推進事業」2学期結果のお知らせ

小雪の候、皆様にはますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

日頃より本校の教育活動に対しまして、ご理解とご協力をいただいておりますことに感謝申し上げます。

さて、本校で取り組んでいる「60プラスプロジェクト推進事業」の2学期の結果がまとまりましたのでお知らせいたします。

記

1学期の結果				よくできた：◎ できた：○ あまりできなかった：△							
いきいきチャレンジ（運動）				かみかみチャレンジ（噛む）				すやすやチャレンジ（睡眠）			
	◎	○	△		◎	○	△		◎	○	△
月	72%	14%	14%	月	72%	14%	14%	月	28.5%	28.5%	43%
火	57%	0%	43%	火	57%	29%	14%	火	14%	29%	57%
水	71%	0%	29%	水	71%	29%	0%	水	28.5%	28.5%	43%
木	57%	0%	43%	木	86%	14%	0%	木	57%	14%	29%
金	57%	0%	43%	金	57%	29%	14%	金	57%	14%	29%
土	71%	14%	14%	土	71%	29%	0%	土	57%	29%	14%
日	57%	14%	29%	日	57%	29%	14%	日	28.5%	28.5%	43%

2学期の結果				よくできた：◎ できた：○ あまりできなかった：△							
いきいきチャレンジ（運動）				かみかみチャレンジ（噛む）				すやすやチャレンジ（睡眠）			
	◎	○	△		◎	○	△		◎	○	△
月	57%	29%	14%	月	71%	14.5%	14.5%	月	71%	29%	0%
火	86%	14%	0%	火	86%	14%	0%	火	71%	29%	0%
水	43%	43%	14%	水	71%	29%	0%	水	71%	29%	0%
木	71%	29%	0%	木	86%	14%	0%	木	86%	14%	0%
金	57%	29%	14%	金	86%	0%	14%	金	43%	57%	0%
土	29%	14%	57%	土	86%	14%	0%	土	86%	0%	14%
日	100%	0%	0%	日	100%	0%	0%	日	57%	43%	0%

※よくできた（◎）について1学期と比較して向上が見られる項目に網掛け表示をしています。

【分析結果】

運動…○一学期と比べ「あまりできなかった」の割合が減少し、日常的に運動に取り組む児童が増えている。

噛む…○一学期と比べ「よくできた」の割合が増加している曜日が多く、よく噛んで食べたりバランス良く食べたりすることを意識する児童が増えている。

睡眠…○「噛む」と同様に「よくできた」の割合が増加している曜日が多く、規則正しい生活の流れを意識して過ごす児童が増えている。

【今後の取組】

○放課後や休日にも体を動かせるような簡単な運動や、遊びの啓発を行う。

○給食時間に噛むことを意識するように引き続き、ミニ保健指導を行う。

○規則正しい生活リズムの定着を図るため、引き続き声かけを行ったり、委員会で呼びかけをしたりする。

○ご家庭でのお声がけを引き続きよろしくお願いします。

【担当】

岩泉町立有芸小学校

「メディアルール」チェックカード

筆 名

自分のため

60分すぎないようにする。

	家族のいる 部屋で使う	タブレットを 大切に使う	ねる1時間前 からは使わな い	他人情報 を 知らない人に 教えない	メディア利用 (PC含む)は 60分
10月8日 (火)	○	○	○	○	○
10月9日 (水)	○	○	○	○	○
10月10日 (木)	○	○	○	○	○
10月11日 (金)	○	○	○	○	○
10月12日 (土)	○	○	○	○	○
10月13日 (日)	○	○	○	○	○
10月14日 (月)	○	○	○	○	○
10月15日 (火)	○	○	○	○	○

【振り返り】

よくできた:○ できた:○ あまりできなかった:△

ねる1時間前には、のどろろかよくできるように
したいです。

これから

ねる1時間前には、のどろろかよくできるように
したいです。

ゴールデン
ウィーク

はみがきカレンダー

ねん 年
なまえ 名前

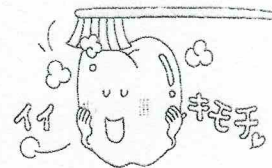
【はみがきのめあて】

力加減に気をつけてみがく。

【早ね 早おきの目標】

おきる時刻 7 時 00 分

ねむる時刻 9 時 00 分



★はみがきをしたら色をぬります。おきた時刻、ねた時刻も書きましょう。

4/27 (土)	4/28 (日)	4/29 (月)	4/30 (火)	5/1 (水)	5/2 (木)	5/3 (金)	5/4 (土)	5/5 (日)	5/6 (月)
1日3回 食べた後には はみがき!	かるい力で みがこう! “シャカシャカ…”	ハブラシを 小さく動かそう! 1本ずつみが く気持ちで!	ずっとお家に いる日も朝の 歯みがき丁寧 に!	あさ朝ごはんを食 べたらすぐに 歯みがき!	ハブラシの 持ち方は えんぴつ持ち!	おもて、ウラ、 かみ合わせを じゅんばんに みがこう!	歯ぶらしの 毛先をチェッ クしよう!	鏡を使って、 歯と歯ぐきの 様子を見てみ よう!	きれいにみが いて、明日から 元気に登校し よう!
あさ 	あさ 	あさ 	あさ 	あさ 	あさ 	あさ 	あさ 	あさ 	あさ
時 分 8 時 20 分	時 分 7 時 20 分	時 分 7 時 00 分	時 分 7 時 00 分	時 分 7 時 00 分	時 分 7 時 00 分	時 分 7 時 20 分	時 分 8 時 40 分	時 分 8 時 20 分	時 分 8 時 00 分
ひる 	ひる 	ひる 	ひる 	ひる 	ひる 	ひる 	ひる 	ひる 	ひる
よる 	よる 	よる 	よる 	よる 	よる 	よる 	よる 	よる 	よる
時 分 9 時 30 分	時 分 9 時 00 分	時 分 9 時 00 分	時 分 9 時 00 分	時 分 9 時 00 分	時 分 9 時 00 分	時 分 9 時 30 分	時 分 9 時 30 分	時 分 9 時 30 分	時 分 9 時 30 分

【反省 (感想)】

少し弱かったかもしれないので、少し
強くみがきたいです。歯ぐきのほうから
みがきたいです。

リッパ° リッパ° さすが!

《おうちの方へ》

仕上げみがきをした日に○を記入してください。

4/27 (土)	4/28 (日)	4/29 (月)	4/30 (火)	5/1 (水)
		○	○	
5/2 (木)	5/3 (金)	5/4 (土)	5/5 (日)	5/6 (月)

【おうちの方からのメッセージ】

歯ぐきへ気になったので
意識してみがいてほしい。

ご協力ありがとうございました。

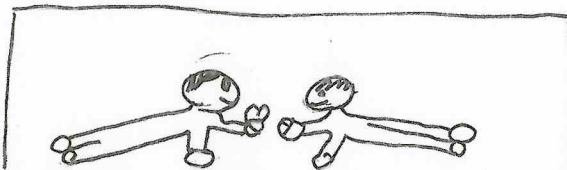
家で"で"きるえ運動2024

ずかん委員会

うで立てじゃんけん

<やりかた>

- ・うで立ての体せいのままじゃんけんをします。
- ・もし負けた場合は、うで立てのせいで同じジャンプを1回行い、再びうで立てのせいのしよ本をとる。
- ・かっ人もうでたてのしせいをキープしなければならぬためうでと体かんがきたえられる。

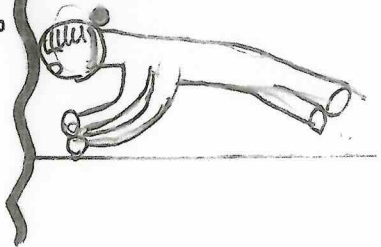


集中力を養えて、
大人も楽しめる運動です。

プランク(全身の筋肉を) きたえる。

<やり方>

- ①両ひじをつけてうつぶせになる。
- ②こしとおしりをうかせる。
- ③豆腐、せ中、こし、かかとが一直線になることをいきて10~30秒キープする。



ニー・トゥ・エルボー(バランス力) を育てる。

<やり方>

- ①立、たじ、うたいでかたほうのひざどはんたいのひじを体の前面でタッチする。
 - ②左右入れかえながら10回ほど行う。
- ※ひざをできるだけ曲げないようにする。



左



右