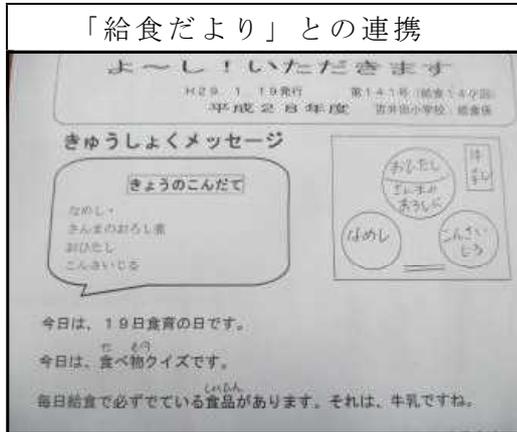


平成28年度 ふくしまっ子体力向上総合プロジェクト
 自分手帳を活用した生活改善「モデル校への人材派遣」事業

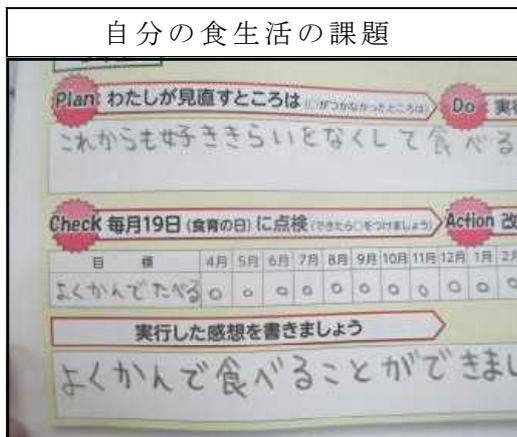
学校名
Y小学校



毎月19日は「食育の日」と位置づけ、自分の食生活について振り返る。



校内各種の記録会後に最高記録を記入、記録の伸びや体の変化に気づくことができた。



家庭科の栄養素の学習と関連させながら、食生活を振り返り課題やめあてをもつことができた。



全国平均値や前年度記録との比較により、自分の体力に関心をもって、課題をとらえたり運動の計画を立てたりすることができた。

○ 健康づくりを進める上での自分手帳の効果的な取組

- 取り組むべき内容と期日を決め、全校で一斉に取り組む。
- 家庭科の学習や学級活動「好き嫌いをなくそう」の資料として活用する。