

「ふくしまっ子健康・体力マネジメントプラン」概要

事業・活動名	ふくしまっ子健康・体力マネジメントプラン
主催団体名	福島県教育委員会
開催場所	県内公立の小学校、中学校、高等学校、義務教育学校
事業概要	
具体的な支援内容	<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストや健康診断の結果を記録する福島県独自の「自分手帳」を活用し、2019年度の結果を受けてマイベスト目標を設定。2020年度の新体力テストや健康診断の際に達成状況を確認。 ・教員は研修会等を通じて、児童生徒の体力向上や肥満解消に向けた具体的なサポート方法等を確認し、児童生徒の目標達成に向けた取組を支援。
対象者	児童生徒向け
マイベスト目標の例	<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストの記録（握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走・20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ボール投げ、体力合計点、総合評価） ・健康診断等の記録（体重、肥満度、痩身、う歯、朝食摂取率等）
参加者が行動を継続するための工夫	<ul style="list-style-type: none"> ・「自分手帳」を活用することにより、児童生徒一人ひとりが自己の体力や健康課題等に応じて取り組めるようにする。 ・教員が児童生徒の健康状態を把握し、安全に留意した日常の取組と新体力テストや健康診断等の実施にあたる。 ・単に過去最高の目標値を設定するのではなく、これまでの個人の体力テスト、健康診断、食習慣調査等の実態に応じて、実現可能な最適な目標値を設定する。
URL	http://www.pref.fukushima.lg.jp/site/edu/