

## 平成27年度 附属学校研究支援経費による研究成果概要報告書

報告者氏名・所属	須合 幸司・北海道教育大学附属札幌小学校
研究期間	平成27年9月～平成27年11月
プロジェクトの名称	からだ元気プロジェクト
プロジェクト担当者 (氏名・所属・職) ※代表者に○を付すこと	○紺野 高裕・北海道教育大学附属札幌小学校・副校長 須合 幸司・北海道教育大学附属札幌小学校・栄養教諭 中村 珠世・北海道教育大学附属札幌小学校・教諭 中島 大輔・北海道教育大学附属札幌小学校・教諭 岩田 悟・北海道教育大学附属札幌小学校・教諭 神林 勲・北海道教育大学札幌校・教授 益子 洋人・北海道教育大学札幌校・准教授
成 果 の 概 要	
<p>北海道は、全国的にみて児童の体力が低い傾向にある。本校児童も新体力テスト8種目中4種目が全国平均に届いていない。また、体力の二極化や高学年女子のやせの割合が多くなっている。本プロジェクトは、上記の問題を解決できる可能性があると考え実施した。介入群と対照群を設定し、指導効果の検証を行った。なお、対照群は指導時期をずらして実施している。</p> <p>2か月間のプログラム実施後1) 新体力テスト8種目合計得点において、男子が介入前<math>61.8 \pm 4.7</math>から介入後<math>65.8 \pm 4.2</math>、女子が介入前<math>57.6 \pm 7.2</math>から介入後<math>59.8 \pm 7.0</math>に有意に向上した(<math>p &lt; 0.05</math>)。対照群については、男女共に有意差がみられなかった。2) 生活習慣調査により排便回数が男子で、介入前<math>5.1 \pm 1.5</math>回/週から介入後<math>6.3 \pm 1.5</math>回/週と有意に増加した(<math>p &lt; 0.05</math>)。対照群については、有意差がみられなかった。運動習慣(1日に30分以上運動する日)は、男女全体として介入前<math>4.6 \pm 2.7</math>日/週から介入後<math>5.8 \pm 2.3</math>日/週に有意に増加した(<math>p &lt; 0.05</math>)。対照群に有意差はみられなかった。3) 食事調査より、男女全体として、アイスクリームの摂取量が介入前<math>45.1 \pm 41.9</math>g/日から介入後<math>31.4 \pm 42.1</math>g/日に有意に減少した(<math>p &lt; 0.05</math>)。また、カフェイン飲料の摂取量は介入前<math>546.8 \pm 397.3</math>から介入後<math>383.6 \pm 279.7</math>g/日に有意に減少した(<math>p &lt; 0.05</math>)。なお、対照群については有意差がみられなかった。</p>	
成 果 の 公 表 の 状 況	
附属札幌小学校冬季授業研・総合的学習の時間「からだ元気プロジェクト」公開授業 附属札幌小学校夏季研究大会・紀要掲載(予定)	
教 育 現 場 で 活 用 可 能 な 分 野 等	
保健体育・家庭科・特活・総合的な学習の時間・食育分野などで活用可能。 教育実習生の指導資料として活用し、本学学生・院生の健康教育に対する意識の向上を図る。	
配付可能な資料の有無	プログラム内容・指導教材パワーポイント・指導案
ダウンロード可能なドキュメント	なし
問い合わせ先	責任者：須合 幸司 電 話：011-778-0471 FAX : 011-778-0640 mail : sugo.koji@s.hokkyodai.ac.jp