

# 令和2年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：34006

学校名：東白石中学校

## 改訂のポイント

- 健康で望ましい基本的生活習慣の確立
- 運動習慣を身に付けさせる取組の推進と実践

項目名	項目内容	項目内容の具体		
目標	健やかな身の育成に係る目指す子ども像	<ul style="list-style-type: none"> <li>○「運動」「睡眠」「食事」の大切さをさらに理解し、三要因に係る望ましい生活習慣を身に付けようと努める生徒</li> <li>○体を動かすことの楽しみや将来の生活に向けての基礎的な運動習慣を考え、実践する生徒</li> </ul>		
「健やかな体」に関わる成果や課題	A 体育に関する指導の充実	<b>【昨年度の具体的な取組】</b> 体育の授業で、主運動に入る前の「走る」「基礎体力作り」「跳ぶ」など、運動の基本となる動きを取り入れた活動を今後も継続して行い、運動する習慣を身に付けさせていく。	<b>【成果】</b> 「運動」することに対し、各種調査では全国平均に比べ、男子は上回っている結果であり、運動することに意識が高まっている傾向にある。また、女子は、札幌市平均を上回る項目が多くなった。	<b>【課題】</b> 「運動」することに対し、各種調査では必要だと理解しているが、全国平均に比べ、女子は実際に運動している割合は低い傾向にある。
	B 健康に関する指導の充実	<b>【昨年度の具体的な取組】</b> 「運動」「食事」「睡眠」という健康課題を把握し、課題に応じた指導を行うとともに、学校だよりや保健だよりなどを通して、健康に関わる内容を発信し、生徒達自身に自己の生活習慣を考える機会を積極的につくる。 家庭科の授業で、自分の食生活を振り返り、より良い食生活を自立して考えていけるような課題に取り組んでいくことをさらに実践していく。	<b>【成果】</b> 「食事」に関しての各種調査では、意識が高まっている傾向が出ている。 また、家庭科の授業において食事に関することを長期休業中に課題とすることで意識が高まっている。	<b>【課題】</b> 「睡眠」に関しては、睡眠時間が少ない（6時間未満）の割合が高くなっている傾向がある。
今年度の具体的な改善策（取組）	取組みの最重点	<b>【取組の共有】</b> 健康に関わる要素の中で「運動」する意義を考えさせ、適切な指導を基に自ら進んで取り組む姿勢を養う。		
	A 体育に関する指導の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○体育の授業で、引き続き主運動に入る前に「走る」「基礎体力作り」「跳ぶ」などの運動の基本となる動きを取り入れた活動を今後も継続して行い、運動する習慣を身に付けさせていくことを充実させる。</li> <li>○タブレット端末などを用いて自分の動きを振り返り、コツやポイントなどを把握させる取組を充実させる。</li> </ul>		
	B 健康に関する指導の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自己目標を設定し、その達成を適切に評価し、年間学習内容に沿い、生徒自ら計画的に学習に取り組む指導を充実させる。</li> <li>○「睡眠」に関しては、今後も適切な時期に学習指導と関わりをもたせながら、スマホ・PCの使い方も継続して充実させる。</li> <li>○健康に関する指導に「運動」が重要な要因になることを意識させ、体を動かすことを充実させる。</li> </ul>		
方法 検証の	各種調査等の活用	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各教科において、授業観察による個々の生徒の学習状況を把握し、授業評価を行う。</li> <li>○全国学力・学習状況調査や札幌市の共通指標（子どもの自己評価）の活用。</li> <li>○教育相談アンケートや学校評価の結果を活用する。</li> </ul>		