

# 平成 30 年度「健やかな身体」育成プログラム

学校番号：31002  
学校名：札幌市立中央学校

「健やかな身体」育成プログラムのポイント

- ◎基本的な生活習慣の定着に関わる指導の充実
- ◎生徒が自発的に自らの健康増進に取り組むための指導の充実

項目名	項目内容	項目内容の具体
-----	------	---------

目標	「健やかな身体」の育成に係る目指す子ども像	☆自らの健康について考え、進んで運動に親しむ生徒
----	-----------------------	--------------------------

「健やかな身体」に関する成果や課題	A 体育に関する指導の充実	<b>【具体的な取組】</b> ○単級学級での指導による運動量の増加 ○外部講師（バレーボール）を招聘したスポーツ教室開催 ○大学講師による、体育時のコミュニケーションと運動意欲の分析	<b>【成果】</b> ⇒限られた空間を有効に使えている。 ⇒その競技の面白さを知ることができた。 ⇒仲間とのコミュニケーションが盛んなほど身体活動への意欲が高まることがわかった。	<b>【課題】</b> □身体活動を活性化するために、教師側がどのような支援を行なうのが効果的なのかについては今後の課題である。
	B 健康に関する指導の充実	<b>【具体的な取組】</b> ○道徳授業の取組の中での食育指導 ○保健所から保健師を招いての性指導 ○毎日の「記録シート」から朝食摂取の有無、就寝時刻を見取る	<b>【成果】</b> ⇒「食べること」について多面的な理解を促すことができた。また、給食について栄養士からの話を聞き理解を深めることができた。 ⇒生命を尊重する態度を養うことができた。 ⇒約9割が朝食を食べており、就寝時刻は23時前後である事が把握できた。	<b>【課題】</b> □給食以外の食生活の望ましい在り方については今後の課題である。 □心身の健康を保持増進する態度と意識の向上 □朝食欠食生徒や就寝時刻が慢性的に遅い生徒への手立

今年度の具体的な改善策（取組）	取組の最重点	<b>B 基本的な生活習慣を基盤とした、健康について主体的に取り組む姿勢を促す指導の推進</b>
-----------------	--------	--

A 体育に関する指導の充実	○保健体育科の授業でなわ跳びや壁倒立、ペース走などの基礎運動、下半身と体幹強化運動の実施 ○運動部活動、文化系部活動ともに、なわ跳び、フィジカルトレーニングメニューの実施 ○オリンピック・パラリンピック教育推進事業（講演等）を活用した運動に対する意欲喚起
---------------	---

B 健康に関する指導の充実	○早寝早起き朝ごはんの推進、スマートフォンやゲーム機器の使用指導等、基本的な生活習慣の定着に関わる指導の実施 ○産婦人科医及び助産師による講師派遣事業、思春期ヘルスケア事業の活用 ○養護教諭との連携による、心の健康やストレスマネジメントに関わる指導 ○保健体育科、技術家庭科との連携や給食だよりの活用による栄養指導とフードリサイクル等の食育指導
---------------	---

検証の方法	各種調査等の活用 ○保健体育の評価規準に基づく学習状況評価結果の活用（日常の実技テストや観察等） ○全国体力・運動能力、運動習慣等調査や学校独自の調査結果等を活用 ○学校独自の児童・生徒アンケートや保護者アンケート等の活用 ○学校評議員会・学校関係者評価等の活用
-------	---