

(様式4)

校種	小・ <input checked="" type="radio"/> どちらかに○	学校番号	10	学校名	宇都宮市立清原中学校
----	---	------	----	-----	------------

## 令和2年度 健康（体力・保健・食・安全）に関する取組

### 1 健康（体力・保健・食・安全）に関する主な実態

#### (1) 定期健康診断・元気っ子健康体力チェックから

- ・う歯がある生徒は2.1%で市平均17.7%と比較しても非常に少ない。
- ・視力の分布は市平均と同じような傾向が見られたが、学年が上がるにつれて視力低下が進行している。
- ・長座体前屈では、1年男子38cm(市平均37cm)・女子41cm(41cm)、2年男子47cm(42cm)・女子44cm(44cm)、3年男子45.28cm(47.07cm)・女子45cm(48cm)で、3年生を除いて市平均を上回っている。また、2年男子は全国平均を約4cm上回っており、柔軟性が優れている。
- ・上体起こしでは、1年男子22回(市平均23回)・女子19回(21回)、2年男子25回(27回)・女子21回(24回)、3年男子27回(29回)・女子22回(25回)で、全学年において市平均を下回っており、筋力及び筋持久力が劣っている。

#### (2) 元気っ子健康体力チェックのアンケート及び国・県・市の児童生徒質問紙・学校質問紙などから(※体力・保健・食・安全について、それぞれ記入する。)

- ・休み時間や放課後などに積極的に運動している生徒は67.9%で、市平均80.8%を大きく下回っている。
- ・毎食後歯みがきをしている生徒は87.1%おり、市平均81.9%を上回っている。
- ・毎日朝食を食べている生徒は88%おり、市平均92%を下回っている。
- ・交通ルールを守っていると回答した生徒は97.4%いるものの、実際には交通ルールを守らなかったことで地域住民の方から注意を受けることもあり、十分に守れているとは言えない。

#### (3) 授業や健康安全・体育的行事等への取組状況から

(※体力・保健・食・安全について、それぞれ記入する。)

- ・体育の授業や、健康安全・体育的行事、部活動に熱心に取り組む生徒が多い。
- ・昼休みに校庭でボール遊びをする生徒が増えてきたが、校内で過ごす生徒も多い。運動能力の二極化が見られる。
- ・健康診断結果おける受診率は42.1%にとどまり、健康管理への意識が低い。
- ・「栄養バランスのとれた食事」「食事マナーを守る」などについて大切であるという意識をもっている生徒は多く、技術・家庭(家庭分野)の授業において、調理実習は意欲的に取り組む生徒も多い。一方で、家庭での実践が伴っていない生徒もいる。
- ・登下校時や保健体育の時間等において、危険を予測できず安全な行動をとれなかったことで、けがをする生徒が多い。
- ・防災に関する知識について避難訓練の実施や保健体育や理科の授業で理解を深め、実際の場面を想定した避難の仕方を考えている。

### 2 今年度の重点目標

保健教育及び安全教育を推進し、心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成

### 3 今年度の取組(「学校教育スタンダード」に関する取組は文頭に★「令和2年度指導の重点」に関する取組は文頭に□)

#### (1) 体力向上の推進

★「元気っ子健康体力チェック」の結果を踏まえ、課題解決に向けた運動を継続的に体育の授業に取り入れる。(通年)

・新体力テストの結果を掲示し、自分の記録と学校の記録とを比較することで、運動への意欲をもたせる。(7月)

□体育の授業におけるストレッチ運動、馬跳び、補助倒立などの補強運動を実施する。さらに筋力や投力の向上を目指すために、運動領域ごとの補強運動を実施する。(通年)

□体育の授業や部活動において、本校独自の「ウッドチップロード」を活用した体力づくりを実施し、さらなる走能力や持久力の向上を図る。(通年)

・運動会や持久走大会などの体育的行事を充実させ、運動の楽しさや喜びを味わうとともに、体力の向上を図る。(6・11月)

## (2) 保健教育の推進

★定期健康診断を適切に実施するとともに、治療を要する生徒とその保護者に対して、個別指導や治療勧告を行い、積極的に受診を促す。(通年)

□清原地域学校園で連携して「きらきらウィーク」を実施し、規則正しい生活習慣の確立を図る。(6・10月)

・集団及び個別の保健指導を通して、けがや病気に関する知識を身に付けさせ、自己管理能力の育成を図る。(通年)

・薬物乱用防止教室を実施し、薬物乱用の危険性について正しい知識の習得を図る。(10月)

・外部講師を活用して性教育サポート事業等を実施し、性に関する現状や認識を深め、適切な意思決定や行動選択ができるようにする。(10月)

□定期的に保健だよりを発行し、生徒の健康状態や健康に関する情報を家庭に発信する。(通年)

## (3) 食育の推進

★給食の時間における準備・会食・後片付けなどの一連の実践的な活動を継続して行うことで、正しい食事のとり方や望ましい食習慣を身に付けさせるなど、食に関する指導の充実を図る。

★学校と家庭が連携して実施する「お弁当の日」を年2回、食事について家族で共に考えることを目的とした地域学校園全体での取組を1回実施し、小学校との連携を図る。(11・12・2月)

□朝食欠食生徒や偏食生徒への指導について、放送やたよりを通して全体に指導し、状況に応じて個別指導を行う。(6・9月)

□清原地域学校園で連携し、「朝ごはん食べよう週間」を実施することで、朝食を毎日食べて登校する食習慣の形成を図る。(6・9月)

□給食だよりを発行することで、本校における食育の取組を知らせるとともに、食に関する情報提供することで保護者や地域への啓発を行う。(通年)

・収穫体験を通して、食物を大切にし、食物の生産にかかわる人々へ感謝する心を培う。

・基本的な食事マナーを習得し、楽しい雰囲気の中で会食できるスキルと意識の向上を図るため、食事マナー強化月間を実施する。(11月)

## (4) 安全教育の推進

★交通安全教室を実施し、交通ルールを再確認させるとともに、中学校近辺の見通しの悪い交差点や交通量の多い場所などの危険な箇所を周知させ、安全な登下校ができるように指導する。(4月)

・中学校周辺の交差点に教職員を配置し、登校指導を行う。(通年)

・部活動終了後の下校指導は毎日実施し、年度初めのオリエンテーション期間中は下校指導の回数を増やし、安全な登下校ができるよう指導する。(通年)

□火災や地震を想定した実践的な避難訓練を実施し、防災に関する意識付けを図る。(6・11月)

・学校環境の安全を確保するために安全点検を実施し、点検結果に基づく危険個所の修理・修繕等を行い、事故防止のための安全管理を徹底する。(通年)