

(様式4)

校 種	小 ・ 中 どちらかに○	学校番号	1 4	学校名	宇都宮市立国本中学校
-----	-----------------	------	-----	-----	------------

平成31（2019）年度 健康・体力に関する取組

1 健康・体力に関する主な実態

(1) 定期健康診断・新体力テストから

- ・身長・体重は下回っている学年が多く全体的に小柄と言える。視力低下やう歯のある生徒は少しずつ増加している。
- ・新体力テストでは、2年生の男女が多くの種目で全国平均を上回った。1、3年生は全国平均値と変わらない位だが、種目によっては全国平均より下回っている。全学年に共通して、持久力(20mシャトルラン)、跳躍力(立ち幅跳び)、瞬発力(反復横跳び)の強化が必要。

(2) 元気っ子健康体力チェックのアンケート及び学習と生活についてのアンケートから

- ・就寝時間は23時、起床時間が6時30分というのが一番多く、市の平均と同等である。
- ・バランスのよい食事に気をつけている生徒も多いが、一方で朝食をほとんど食べていない生徒がごくわずかいるので、朝食の重要性を学校全体で指導に当たる必要がある。
- ・交通ルールの肯定割合は市の平均より下回っている。特に並進や一時不停止についての危険意識が低く、日常的に行われている。下校時の交通マナーが悪い傾向があるので、定期的な交通指導を今後とも継続する必要がある。

(3) 授業や体育的行事等への取組状況から

- ・体育の授業や体育的行事などに積極的に取り組む生徒が多い。積極的に取り組み体育授業の満足度が高いが、体力向上につながっているとは言えない。男女を問わず、特に球技(バスケットボール・サッカー・バレーボール)への興味関心が高い反面、陸上競技や器械運動なども苦手と感じている生徒が多い。

2 今年度の重点目標

- ・自ら健康・体力の向上に努め、心身ともに健康でたくましい生徒の育成

3 今年度の取組(『スタンダード』関連には、文頭に☆)

(1) 基礎体力の定着と個々の発達段階に応じた体力向上

- ☆ 新体力テスト結果から必要とされる補強運動の実施(ランニング、馬とび、腕立て、腹筋、背筋など)
- ☆ 技能と体力、社会性を高める部活動指導の推進

(2) 生徒の自主的な学習活動・啓発活動による食を含めた生活習慣の確立

- ☆ 保健だよりの発行(通年)
- ☆ 収穫体験
- ・生活委員会による自転車点検の実施
- ・給食委員会・保健体育委員会活動の推進および啓発活動

(3) 家庭・地域との連携協力

- ☆ 食育だより、地産地消紹介を兼ねた献立表の発行(通年)
- ☆ 食への関心を高め、感謝の心を育む手作りお弁当の日の実施(10月、12月)
- ・PTAによる登下校時の交通安全指導
- ・学校保健・給食合同委員会の開催
- 警察などと連携した交通安全教室(4月)、防犯避難訓練の実施(11月)

