

平成21・22年度 愛知県健康推進学校

健康について関心をもち、
心豊かに生きぬいていこうとする
生徒の育成

～健康推進の観点から

校訓『行学一体』の具現化を図る試み～



豊明市立栄中学校

学校の概要と教育目標



健康推進学校の概要

- ・「行」=人間を磨く,「学」=学問を磨く
- ・中学校生活には…
 - 勉強だけでなく,人間として身につけなければならないことが多い。
- ・授業,行事,部活動
 - 互いに関わり合って人間形成
- ・「行」と「学」の調和
 - 価値のある人間らしい人間



心身の健康推進に通じることが包含されている。

→本校の校訓「行学一体」の精神を具現化

→健康学校の推進に通じる

健康推進学校の概要

本校の校訓「行学一体」の精神を具現化

→健康学校の推進に通じる

学校教育全般を通して組織的・効果的に
保健・体育・食・安全に関する指導の充実をはかる

研究主題

- ・健康について関心をもち、心豊かに生きぬいていこうとする生徒を育成する。
- ・健康推進の観点から、校訓『行学一体』の具現化を試みる。

健康推進学校の概要

- ・健康について関心をもち、心豊かに生きぬいていこうとする生徒を育成する。
- ・健康推進の観点から、校訓『行学一体』の具現化を試みる。

研究の仮説



校訓「**行学一体**」の**精神**を基盤に、各教科や道徳・総合的な学習の時間・特別活動といったあらゆる学校教育活動の場面で保健・体育・食・安全に関する指導を充実させることで、**耐力が高まり、心豊かに生き抜いていこうとする生徒が育つ**であろう。

健康推進学校の概要

研究の構想 ～3つの柱～

① 心づくり・体づくり

= 学校保健の充実

② 体づくり・心づくり

= 学校体育の充実

③ 生活づくり

= 食育の充実・学校安全の推進

健康推進学校の構想

心づくり・体づくり
= 学校保健の充実



- 命を大切にする心の育成
- 心身の問題の早期発見・対処と心の健康づくり
- 健康の保持増進に必要な知識・技能の習得

保健指導

各教科の指導

委員会(啓発活動・環境整備)

道徳

健康推進学校の構想

体づくり・心づくり
= 学校体育の充実



- 心豊かで実行力のある人格の形成
- 教科体育の充実
- 体育的行事の充実
- 部活動の充実

各教科の指導
部活動
学校行事
総合的な学習の時間

健康推進学校の構想

生活づくり

= 食育の充実

= 学校安全の推進



- 食に関する指導の充実
- 学校安全の推進



各教科の指導
委員会(啓発活動)

健康推進学校の概要

研究の構想 ～3つの柱～

健康について関心をもち、
心豊かに生きぬいていこうとする生徒

- ① 心づくり・体づくり
= 学校保健の充実
- ② 体づくり・心づくり
= 学校体育の充実
- ③ 生活づくり
= 食育の充実・学校安全の推進

基盤：校訓『行学一体』の精神

健康推進学校の実際

心づくり・体づくり＝ 学校保健の充実

学校保健計画の見直し

従来の学校経営案の記載に加えて・・・

「健康教育推進活動」を明記

・生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎の育成

・組織的, 効果的な生徒の保健管理と安全管理

・日常における健康的な生活習慣の確立

→生徒の保健委員会の活性化

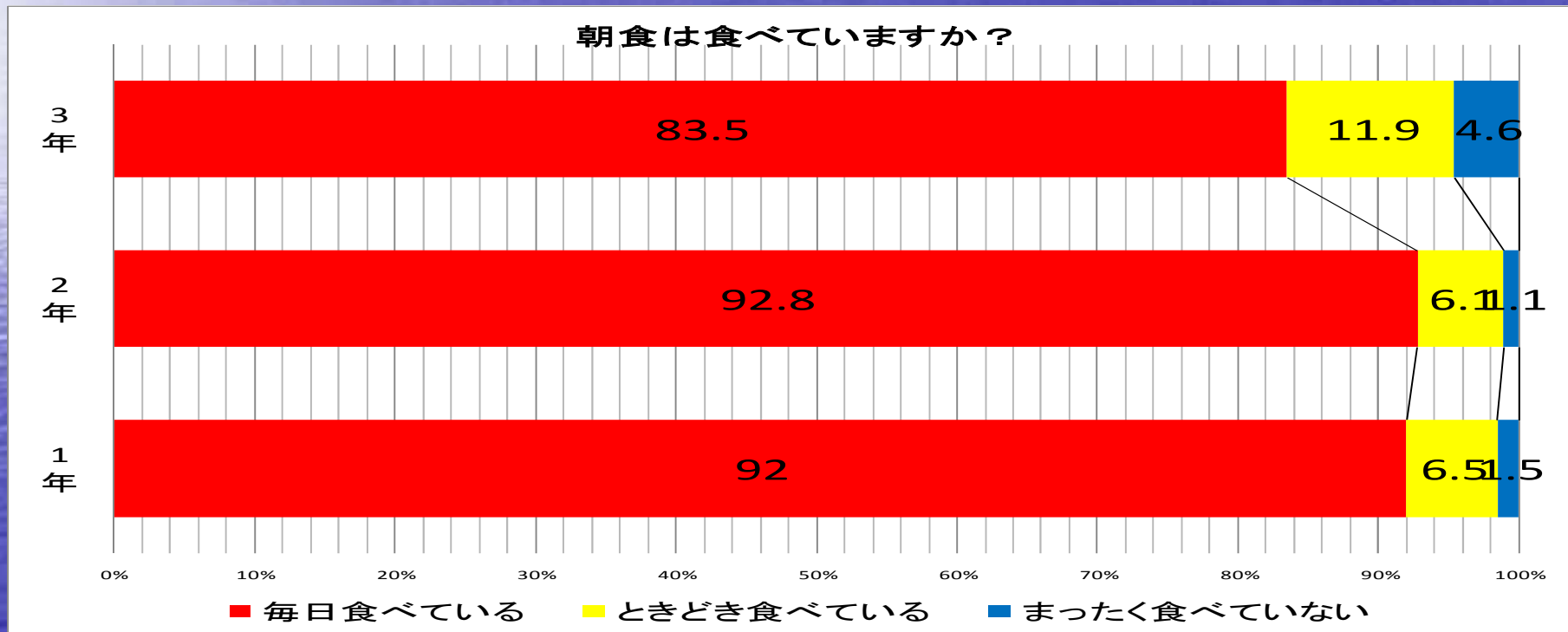
・学級活動における健康・安全指導の充実

→各指導内容を1時間ずつ実施

健康推進学校の実際

心づくり・体づくり = 学校保健の充実

生活習慣アンケートの実施とその活用



保護者に学校での保健指導の実態を理解してもらう機会になる

健康推進学校の実際

心づくり・体づくり＝ 学校保健の充実

生徒保健委員会の活動の充実

年間目標	健康管理に気をつけよう！
常時活動	健康観察，手洗い用石鹸の補充・清掃，換気，背面黒板の記入
呼びかけ	よりよい生活習慣を送る呼びかけ，風邪予防の呼びかけ
月別活動	(4月) 手洗い・朝食・ハンカチについてポスター作成 (5月) 生活習慣アンケートの実施 (6月) ぴかぴかトイレ大作戦～美化委員と共同による～ (6月・1月) 手洗い・ハンカチの点検活動 (8・9月) けが予防ポスターの作成 (10月) 風邪予防ポスターの作成，文化祭の体験ブース (11月) 生活習慣アンケートの実施 (1月) 手洗い・窓あけの点検活動

健康推進学校の実際

心づくり・体づくり = 学校保健の充実

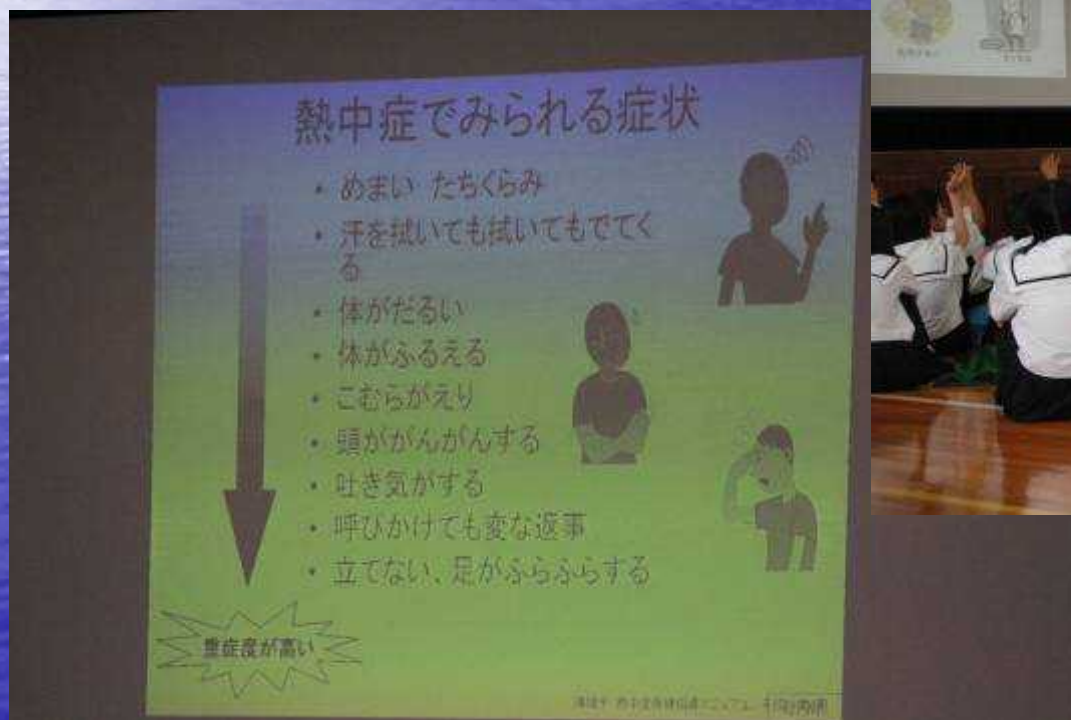
生徒保健委員会の活動の充実



健康推進学校の実際

心づくり・体づくり = 学校保健の充実

熱中症対策講座，薬物乱用防止教室の実施



健康推進学校の実際

心づくり・体づくり = 学校保健の充実

いのちの尊重推進事業の実施



健康推進学校の実際

心づくり・体づくり＝ 学校保健の充実

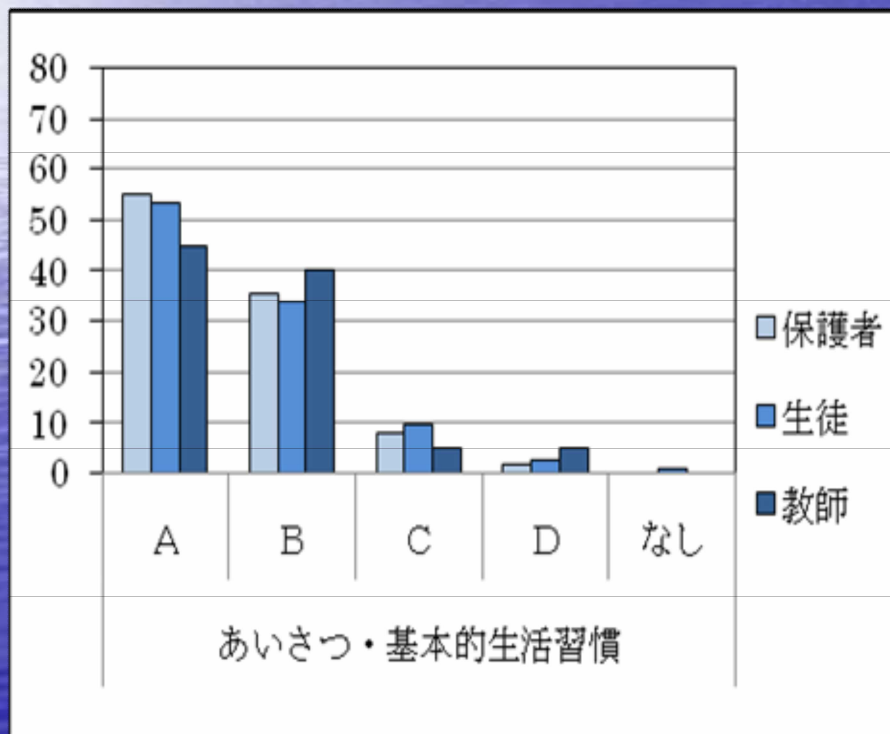
特色ある学校づくりから 合唱の取り組み



健康推進学校の実際

心づくり・体づくり＝ 学校保健の充実

挨拶運動を中心とした愛校運動の推進



昇降口での挨拶運動 週番になった委員会と担当教師

健康推進学校の実際

心づくり・体づくり＝ 学校保健の充実

ボランティアの募集

平成23年度は154名が参加



予想以上のボランティアの参加で驚きました。プール清掃はあまり目立たない活動ですが必ず誰かがやらなくてはいけない仕事です。それだけ大変な仕事ですが、全校生徒の皆さんに気持ちよくプールに入ってもらえたら頑張ったかいがあります。

健康推進学校の実際

心づくり・体づくり＝ 学校保健の充実

読書活動の推進

教員のローテーションで
読み聞かせ

学校図書館司書と教員の
読み聞かせ

1年生



2年生



健康推進学校の実際

体づくり・心づくり = 学校体育の充実

学校体育計画

学校経営案より(抜粋)

学校の教育活動全体を通して体育的活動の指導を適切に行う。

(ア) 体力の向上及び心身の健康・安全の保持増進

(イ) 体育的活動の促進

(ウ) 規律ある集団行動の徹底と習慣化

実践計画の概要

・より体力, 技能が向上する**授業の工夫**

・**生涯体育の基礎づくり**

・儀式的行事, 朝礼や旅行・集団宿泊的行事等の活動における**適切な集団行動**

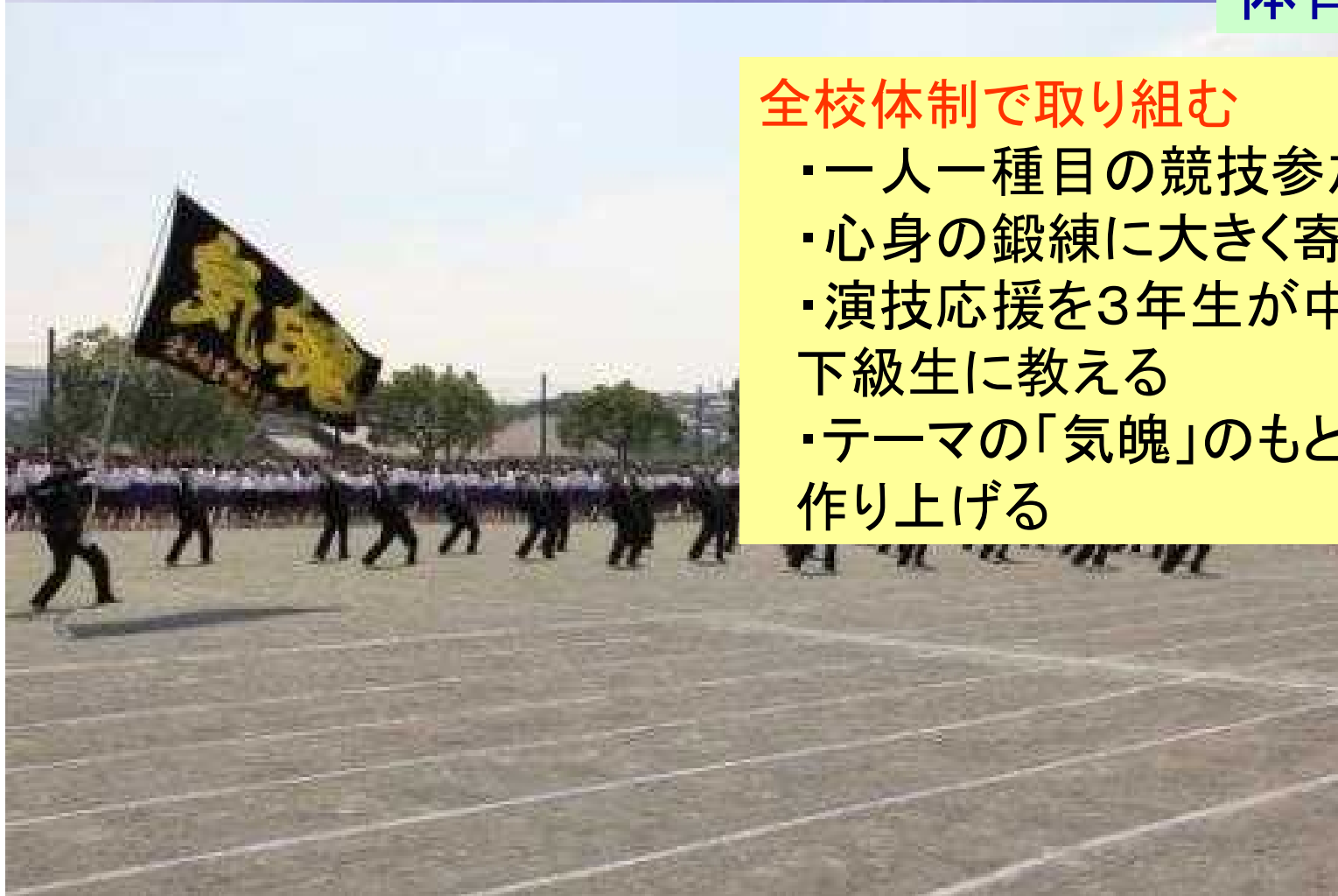
健康推進学校の実際

体づくり・心づくり = 学校体育の充実

体育大会 ①

全校体制で取り組む

- ・一人一種目の競技参加が原則
- ・心身の鍛練に大きく寄与
- ・演技応援を3年生が中心となって下級生に教える
- ・テーマの「気魄」のもと生徒の手で作りに上げる



健康推進学校の実際

体づくり・心づくり = 学校体育の充実

体育大会にむけた長縄の練習



健康推進学校の実際

体づくり・心づくり = 学校体育の充実

体育大会 ③



健康推進学校の実際

体づくり・心づくり = 学校体育の充実

部活動の充実 ①

学校としての目標

- ・自主性を養う
- ・強い精神力・体力の養成と、技能の向上
- ・上級生と下級生のよい関係づくり
- ・技能だけでなく、日常生活での様々な面での向上

健康推進学校の実際

体づくり・心づくり = 学校体育の充実

部活動の充実 ②



健康推進学校の実際

体づくり・心づくり = 学校体育の充実

部活動の充実 ③



健康推進学校の実際

体づくり・心づくり = 学校体育の充実

生徒体育委員会の活動

年間目標	全力疾走 ～燃える魂をもって～
常時活動	体育器具・道具の管理, 体力づくりの日のPR
呼びかけ	週1回の挨拶活動, プール清掃, 球技大会の立案・準備・運営
月別活動	(4月～3月) 体力づくりの日PR運動 (4月) プール清掃 (5月) 体力テスト準備 (6・7月) バドミントン大会 (9月) 体育大会準備 (10月) ドッジボール大会 (2・3月) 生活習慣アンケートの実施

健康推進学校の実際

体づくり・心づくり = 学校体育の充実

生徒体育委員会の活動



健康推進学校の実際

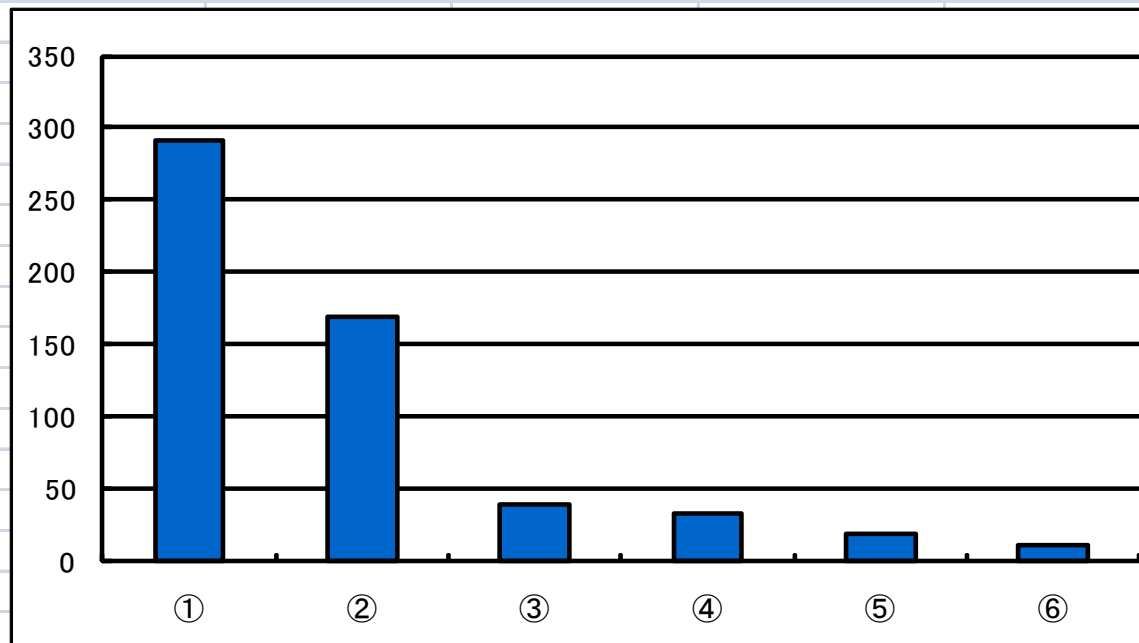
生活づくり＝食育・学校安全の充実

朝食アンケートの実施

6 朝食を食べると、どのような効果が1番あると思いますか。

- ① 1日のエネルギーのもとになる
- ② 脳の働きがよくなる (人)
- ③ からだが目覚める
- ④ 健康によい
- ⑤ 体の成長に役立つ
- ⑥ あまり効果はない

①	292
②	170
③	40
④	34
⑤	20
⑥	12



結果の考察

多くの生徒たちが朝食の大切さを認識できています。そのため朝食を毎日規則正しくとっている生徒がたくさんいます。家庭での食育や健康管理がよくなされていると思います。

健康推進学校の実際

生活づくり＝食育・学校安全の充実

生徒給食委員会の活動

年間目標	給食の時間が守れるように配膳室での準備や片付けを素早くする。
常時活動	配膳室での準備・後片付け・清掃・完食の呼びかけ 時間を守って配膳するように呼びかける
呼びかけ	挨拶活動，今月の旬の野菜のPR活動
月別活動	(6月・1月) 残菜調査 (7月・12月・3月) 配膳台の清掃活動 (11月) バラエティランチの準備 (1月) 「学校給食週間」の実施 (2月) 給食感謝の会

健康推進学校の実際

生活づくり＝食育・学校安全の充実

生徒給食委員会の活動 平成21年度実践

残菜調査集計

6月に5日間の残菜調査を行いました。結果を報告します。
※各調査日に3種類調査しました。

残菜	1-1	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6
大	0	0	1	0	0	0
中	3	5	1	6	2	0
小	9	4	3	3	9	0
ゼロ	3	5	10	6	4	15

残菜	2-1	2-2	2-3	2-4	2-5
大	0	1	0	0	0
中	0	3	3	8	0
小	0	9	8	4	3
ゼロ	15	2	4	1	12

残菜	3-1	3-2	3-3	3-4	3-5
大	0	0	0	0	1
中	0	0	0	0	0
小	0	0	0	1	0
ゼロ	15	15	15	14	14



健康推進学校の実際

生活づくり＝食育・学校安全の充実

学校栄養職員と連携した食育の充実



健康推進学校の実際

生活づくり＝食育・学校安全の充実

安全教育の推進 連れ去り防止教室

目的 生徒の防犯意識を高める

護身術を学び、危険が近づいた場面の対処方法を学ぶ

方法 愛知署生活安全課職員を講師を講師として実施

前半は講義，後半に護身術



健康推進学校の実際

生活づくり＝食育・学校安全の充実

安全教育の推進 情報モラル教室

- 目的 情報モラルに対する意識を高める
情報社会の危険性について理解させる
- 方法 県警サイバー犯罪対策室職員を講師として実施
前日に警察から借りたDVDを全校で視聴



「インターネットは自分や友だちだけでなく知らない人も見える。だから書き込みする前には落ち着いて考えることが必要だと思いました。」
「自分は携帯電話の使い方を分かっているつもりでしたが、気軽にいろいろなサイトにアクセスしていました。怖いことをしていたと思います。これを機会に携帯の使い方を見直そうと思いました。」

健康推進学校の実際

生活づくり＝食育・学校安全の充実

現職教育における研修 心肺蘇生法・救助袋活用法の研修

方法 市消防署救助隊の方を講師として実施

内容 万が一の際の生徒の命を救うことを想定して研修



健康推進学校の実際

生活づくり = 食育・学校安全の充実

現職教育における研修 食育の研修

方法 本校栄養職員を講師として実施

内容 教師自身が自分の食生活を振り返るとともに、中学生に対する食育のポイントを学ぶ

➔ 食事バランスガイドとは…
1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかが一目でわかる食事の目安です。

主食 副菜 主菜 牛乳・乳製品 果物
のちグループの食品を組み合わせてバランスよくとれるよう、コマにたとえてそれぞれの量をわかりやすくします。

➔ 回れ! あなたは大丈夫? 食事バランスをここでチェック! バランスゴマ君!
チェックスタート!
1日に食べた食事を選んでみよう! バランスが良ければ、コマが見事に回ります! あなたのゴマはうまく回るかな?

➔ バランスよく食事をするには?
同じ食材、同じ料理に偏らないように、いろいろな食材・料理をバランスよく食べることです。では、一日に何をどれだけ食べたらよいでしょう。ここでは「バランスのよい食事」をとるコツを学びましょう。

➔ おすすめバランス献立
管理栄養士さんおすすめの栄養バランスを考えた日割別の献立を紹介します。

健康推進学校の実際

生活づくり＝食育・学校安全の充実

現職教育における研修

平成21年度

- 4月 グループワークトレーニング(講師 総合教育センター職員)
- 6月 AED・新避難所マニュアル研修
- 9月 担任でできる合唱指導(講師 本校音楽部の教員)
- 10月 食育に関する研修(講師 本校栄養職員)

平成22年度

- 4月 グループワークトレーニング(特選論文に基づいた実践報告)
- 5月 AED・新避難所マニュアル研修
- 7月 保健体育の研究授業(女子柔道)
- 8月 担任が行う体育大会指導(講師 本校体育部の教員)
救急研修(講師 養護教諭)

考察

1 心づくり・体づくり＝学校保健の充実について

- 生活習慣アンケートの実施
→健康推進の重点にすべきことが見えてきた。
- 生徒保健委員会の活動が活発になってきた。
→特に啓発的な活動をして発信する場面が出てきた。
- 特色ある学校づくりで、全校体制の合唱・生徒で作り上げる体育大会・ボランティア活動は、心づくりに有効である。
→練習時間の確保, 指導のノウハウを先輩教師から若い先生に伝えていくことが課題
- 読書活動の場でも思いやりの心を育てる試みをした
→学校のあらゆる教育活動の場面で進めていきたい。

考察

2 体づくり・心づくり＝学校体育の充実について

○ 部活動について

→「行学一体」の精神から、技能の向上だけでなく、心の成長につなげていくよう今後も心がけて進めていく。

生徒会行事とも連携して部活動を盛り上げていく。

小中連携の一環で6年生に部活動を見学してもらうことは好評だった。今後も成果を検証していく。

○ 生徒体育委員会の活動

→体力づくりをPRする活動や活動の場を広げる試みは好評。今後も成果を検証していく。

考察

3 生活づくり=食育の充実・学校安全の推進について

○ 給食委員会の活動

→食に対する関心を高める活動が活性化。
生徒も意義を感じて取り組んでいる。

○ 安全にかかる啓発活動

→その都度, 生徒の意識を変容させ効果がある。
学級担任を中心に体験的活動や外部の指導者から学んだことを実践へとつなげていく指導をすすめていきたい。