

猿払村立拓心中学校

【生徒数 78名】



【目標】

〈運動習慣の定着〉

- ・運動習慣の妨げとなるテレビ・スマホ・ゲームの使用時間が、どの子も毎日90分以内にする。

〈体力・運動能力〉

- ・他の要素と比べて劣る「柔軟性」が、新体力テストの全国水準に近づく。

【目標達成のための取組】

1 運動習慣の定着



【工夫点】

- ・全学年を対象に、ケータイ・スマホ安全教室を実施し、健康への影響を学習しました。
- ・生徒会を中心に、運動が不足しがちな時期に「ポディフレッシュキャンペーン」と題して、学年全員で遊ぶ日を設けました。

2 体力・運動能力



【工夫点】

- ・授業、部活動、体育的行事では準備運動に時間をかけ、体ほぐしと怪我の予防に努めました。
- ・柔軟性と表現力を高めるために、地域人材を活用しながら、全校でのダンスを保健体育の学習に取り入れました。

【結果】

〈運動に対する意欲〉～「全国体力・運動能力、運動週間等調査」より

- ・運動が「好き・やや好き」

→男女共に約8割と全国を上回る／メディア接触90分以内→女子は5割、男子は2割弱

〈体力・運動能力〉～「全国体力・運動能力、運動週間等調査」「保健室来室状況記録」より

- ・柔軟性は全道平均並み、男女共に全国平均より－3p
- ・外科的症状での保健室来室がやや減少。部活動でも骨折を伴う重度のけがは、今年度は見られなかった。