

【体】重点課題 規則正しい生活リズムづくりを中心とした健康な生活の実践

目標… 「メディア・オフ（22：00）を守る生徒」

80%以上

※ 「早寝・早起き・朝ごはん & メディア・オフ」取組週間において

前年度の反省 昨年12月の調査によると、「メディア・オフ」に関しては学年が上がるにつれて意識が低くなる傾向があり、全体では努力した生徒は全体の69%（1年生82%、2年生64%、3年生63%）となっている。また、「早寝・早起き・朝ごはん&メディア・オフ」の取組週間では、努力する様子はいかがだったが、普段の生活では「メディア・オフ」はなかなか定着できなかった。そこで、今年度は、保護者の意識向上を目指し、保護者の理解と協力が得られる取組になるよう工夫し、アンケート時だけでなく、普段から実態を把握して学級指導を行う必要がある。

生活指導 保健体育科の授業、学活、部活動等、学校生活全般において、規則正しい生活リズムづくりの大切さを指導し、意識して生活できるようにする。

道徳指導 道徳の時間の内容項目「節度・節制」の指導で望ましい生活習慣を身に付け、心身の健康の増進を図ろうとする道徳的実践意欲と態度を育てる。

生徒会活動 保健委員会の活動で、普段から規則正しい生活習慣づくりを呼びかけるとともに、定着を図る取組週間を設ける。