

【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… 「メディアコントロールを心がける生徒」

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	メディアオフを意識して生活している生徒もいる中、長時間の使用が習慣化している生徒も多い。意識を行動に変えられるよう、継続した指導や家庭への啓発を行う必要がある。また、縦割りの小グループで話し合い活動を行うなど、生徒同士の関わり合いの中で、気づきや理解を深める場をつくる工夫をする必要がある。
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实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を身に付けるための呼びかけを工夫するとともに、自己管理ができるように取組を継続していく。

3 実施にあたっての配慮事項

- (1) 平均値が全てではなく、個々の生徒の実態をしっかり見つめ、指導に生かす。数値で劣ることが、駄目なことであるという意識が生まれえないような配慮のある支援を行う。
- (2) 目標達成度を数値化し、その結果から得られた情報を基に個人への細かい配慮や指導を行っていく。
- (3) 各個人が自分の生活をよりよくしようという意欲をもつことができるように支援し、自立性のある人間としての生徒の育成に取り組んでいく。