|  |
| --- |
| 全日中「北海道大会」第４部会「健康・体力」 |

1. 研究題

健康で安全な生活と豊かなスポーツライフを実現するための教育の充実

1. テーマ

心身の健康の保持増進に関する指導の充実

1. 発表者

三重県亀山市立関中学校長　岩間　浩哉

Ⅰ　はじめに

　新型コロナウィルス感染症が全国的に拡大し、学校では、家庭学習やオンライン授業が行われ、通常通りの教育活動が実施できない状態が続いている。

　このような状況の中、学力に関わることだけでなく、生徒の健康や体力等に関わって心配の声が上がるようになってきた。そこで、市内の生徒を取り巻く現状を把握し、課題を整理しながら、課題解決に向けた取組を市内３中学校が連携して進めることを目指して協議を行った。

Ⅱ　地域の状況

　亀山市は、三重県の北部に位置した人口約５万人の小規模な市である。江戸時代には、東海道五十三次の宿場町として栄えるなど、歴史的にも交通の要所として発展し、現在においても、ＪＲや高速道路の中継地として重要な地域となっている。

Ⅲ　研究の概要

　１　生徒の体力や運動能力について

　　・全校生徒の新体力テストの実施と分析

　２　生徒のスマートフォン等の使用につい

　　　て

　　・３校統一した「ネット・ゲーム等に関す

るアンケート」の実施

　３　生徒のメンタルヘルスについて

　　・保健室や教育相談の利用状況の把握

Ⅳ　生徒の実態と各校の具体的な取組

　１　生徒の体力や運動能力について

　　・柔軟性と筋力、持久力を意識したウォー

ムアップを日常的に取り入れた。

　　・授業の体操以外に、股関節と大腿四頭筋

（前もも）のストレッチの実施。

　２　生徒のスマートフォン等の使用につい

　　　て

　　・統一して実施するとともにタブレットで

回答し集計した。

　 ・定期テスト前の１週間に家庭でネット

に関するルールを決める「３つの約束事」

小学校と連携し取り組んだ。

　３　生徒のメンタルヘルスについて

　　・必要に応じてスクールカウンセラーや外

部機関につなげた。

　 ・医療センターの方を講師に招いて、２年

生対象に授業を行った。

Ⅴ　成果と課題

　市内中学校が課題を共有し、調査等により生徒の実態を把握し比較することで、課題が明らかになり、組織的な改善に向けた具体的な取組の方向性が確認できた。

　今後は、生徒自身の心身の健康の保持増進のため、単にイベント的に呼びかけるのではなく、日常的に意識して取り組んでいけるように活動を継続していく必要がある。

Ⅵ　おわりに

　市内の中学校が、課題を共有して様々方法を使って実態を把握し、連携するとともに生徒が主体的に問題解決できるよう保護者や地域に協力を得ながら取り組んでいきたい。

講評　伊賀市立緑が丘中学校　松田　誠校長

　コロナ禍の中で中学校校長会が協力して取り組んでいた。共有し、比較することで組織的な取組になっていた。メンタルヘルスの取組が素晴らしく、子どもたちの安心感につながっていた。

　　　報告者　森　寿義（草加市立草加中学校）