

健康教育全体計画

中央区立 久松小学校

【法的根拠】 日本国憲法 教育基本法 学校教育法 学習指導要領	学校教育目標 「強く」 心身ともに健康 で、自律と自立のための強い意志と向上心を持ち、自らよりよい成長を目指す。 「正しく」ものごとを正しく見つけ、正しい判断と行動のできる 主体性 を身に付ける。 「豊かに」 豊かな心情 や創造性を高める。 互いに尊重し合い、思いやりをの心 を持ち、共生社会の担い手となる。	【児童の実態】 自分の体力を知ることや、高めるために自ら運動しようという意欲が低い。基本的な生活習慣や食事の仕方、食物や人への感謝の念をもつことは十分ではない。 【教師の願い】 日常的に体を動かし、自分の体力をよりよく高めようとする態度や、基本的な生活習慣を身に付け、食物や人への感謝の念や友達と認め合い協力し合う態度をはぐくみたい。
--	--	--

健康教育の目標

自分を大切にすることを日常の中ではぐくみながら、自分の生活と健康の関係についての理解を深め、健康の大切さを実感できるようにし、**自主的・自発的な健康づくりへの意欲や実践力・自己管理能力を育成する。**

- 自分を大切に思い、健康的な生活を目指す意欲
- 自分の心と体の健康に関する正しい知識
- 自分に合った目標を設定し、解決していく力

短期の重点目標「豊かな心と健やかな体の育成」

久松小学校の重点目標 ※オリンピック・パラリンピック教育の一環としても位置付ける

- 日常の体育的活動やスポーツテストの結果等から**自分の体力を知り、高めるために、運動することの楽しさや上達することへの喜びを味わい、自ら運動に親しむ意欲を高める。**
- 男女の性差を正しく理解し、**お互いに認め合い、協力し合う態度を育み、信頼感や友情を深める態度を育成する。**
- 「早ね・早起き・朝ごはん・ゲームをやめて外遊び」の考え方をもとに、**基本的な生活習慣を身に付け、バランスのよい食事の仕方を知り、食物や人への感謝の念を育成する。**

体力の向上 体の健康 ・体力を高める ・病気の予防 ・けがの防止 ・自ら運動に親しむ ・外遊び ・ロング放課後	性教育 ・自己の性自認 ・人権尊重、男女平等の精神に基づく人間関係 ・家庭や社会の一員として判断・対処する資質	食に関する指導 ・給食指導 ・食の安全 ・命をいただくことへの感謝 ・自己管理能力 ・物を大切にする心 ・バランスのよい食事	望ましい生活習慣の定着 ・生活リズムの定着（早寝・早起き・朝ごはん・ゲームをやめて外遊び） ・身の清潔に関する習慣 ・衛生に関する習慣	心の健康 ・不安や悩みへの対処 ・心と体の結び付きの理解	薬物乱用防止（飲酒・喫煙） ・薬物の実態や健康被害の理解 ・自分の体や心を自分で守る意識 ・望ましい生活行動の実践
---	---	---	---	---	--

	体力の向上	性教育	食に関する指導	生活習慣の定着	心の健康	薬物乱用防止
1年	教科体育の年間指導計画を実施 【学校行事】 体力テスト 水泳記録会 運動会 体育朝会	【学級活動】 男の子女の子大切な体 【生活】 わたしの成長	「早寝・早起き・朝ご飯」活動 【学級活動】 給食を楽しく食べよう 幼稚園交流給食 【学級活動】 楽しい食事会をしよう	「早寝・早起き・朝ご飯」活動 【道徳】 節度ある生活態度 【学級活動】 規則正しい生活のリズム	自尊感情・自己肯定感の育成を全教育活動を通じて実施 【道徳】 友達と仲よく 【道徳】 思いやり親切	
2年	【マイスクールスポーツ】 短なわ・大なわ 水泳	【学級活動】 体の成長（簡単な男女の体の違い） 【保健】 育ちゆく体とわたし（初経・精通、思春期・異性への関心） 柏セカンドスクール	【保健】 毎日の生活と健康 【社会】 私たちの生活と水 【学級活動】 お弁当づくり 【保健】 育ちゆく体とわたし	【保健】 毎日の生活と健康 【学級活動】 歯みがきの仕方	【道徳】 信頼・友情 【道徳】 誠実・勇気 【道徳】 生命の尊重	
3年		【保健】 心の発達（思春期の心の変化） 【理科】 生命の誕生 【保健】 エイズという病気への理解	【家庭科】 ・食品と栄養について調べよう ・お弁当づくり 【社会】 私たちの生活と農業 【家庭科】 ・バランスのとれた食事をつくらう ・お弁当づくり 【保健】 病気の予防	【家庭科】 生活のリズムを見直そう 【学級活動】 歯みがきの仕方	【保健】 心の健康 【道徳】 男女間の友情・協力	
4年	【保健】 けがの防止					
5年	【保健】 病気の予防					
6年					【道徳】 規則の尊重 【保健】 病気に対する偏見・差別の払拭	【セーフティ教室】 薬物の恐ろしさを知ろう 【保健】 病気の予防（飲酒・喫煙の健康被害）

*体力の向上（体育）・性教育・食に関する指導（食育）は別紙の年間計画を参考に実施する