

平成27年度の磐梨ゴールデンプラン実施について

今年度も生徒・家庭・地域の健康づくりの取り組みの一環として、磐梨ゴールデンプランを実施します。

(目的)

- ① 栄養や休養・運動の正しい知識を持つとともに、強靱な体づくりを積極的に実践する態度を養うことで、生徒が一生涯健康に生活できるよう、また、スポーツにおいて、活躍ができるようにする。
- ② 家庭や地域にも活動を広げ、地域の健康づくりを推進する。

(活動内容)

- ① 運動・朝食調べ・・・7/18(土)～8/31(月)
記録を集計し、目標を達成した人には認定証、毎日続いた人には感謝祭でBIT²賞を贈る。
- ② 学校保健活動・・・身体測定を1ヶ月に1回測定して、成長への意識づけをする。
- ③ 健康・体力づくり活動・・・保健授業による健康・体力づくりの知識の促進をすすめる。また、体力テストを年2回実施する。
- ④ 食育活動・・・家庭科授業による食育の推進をすすめる。東給食センター栄養教諭によるミニ食育指導をすすめる。
- ⑤ 生徒保健委員会活動・・・骨密度測定結果の集計や運動・朝食調べの集計をし、生徒全体へ健康づくりを呼びかける。
- ⑥ 学校保健委員会活動・・・体力テスト結果や身体測定結果と補食の効果を検証していく。
- ⑦ 補食・・・スポーツ・学力向上の一環として補食による栄養補給をし、生徒の健康づくりを推進する。