

# 健やかな体の育成

健やかな体の育成には、心身の健康の保持増進に向けた取組を充実させるとともに、運動を推進して体力を養うことや、食育を推進して望ましい食習慣を形成することが必要です。家庭や地域との連携を図りながら、教育活動全体を通じて、児童生徒が自分で考えて、自分で決めて、自分から取り組めるようにしましょう。

また、様々な自然災害の発生や、情報化の進展に伴う児童生徒の環境の変化等を踏まえ、児童生徒の安全・安心に対する懸念が広がっていることから、安全に関する指導に努めましょう。

## 心身の健康の保持増進

- 児童生徒の適正な健康管理
  - ・ 適正な健康診断の実施と事後措置の徹底
  - ・ アレルギー疾患への対応

[学校における食物アレルギー対応マニュアル](#)
- 心身の不調等の早期発見や、自己管理能力の育成
  - ・ 日頃からの健康観察の強化と結果の活用
  - ・ 家庭や関係機関等との連携強化
- 性に関する指導や、薬物乱用防止教育、がん教育等の充実
  - [外部講師の活用](#)
  - [がん教育の手引き](#)
- 望ましい生活習慣の定着による健康づくりの推進
  - ・ 肥満の予防・改善に向けた取組の充実

[小・中学校における生活習慣病予防対策基本方針](#)



## 運動の推進 [取組実践例](#)

- 「体力向上プラン」に基づく取組の充実
  - ・ 授業や体育的行事の工夫による、運動できる「時間」「空間」「仲間」の確保
  - ・ 運動時間や運動強度の工夫による、身体活動量（身体活動の強さ×行った時間の合計）の確保
- 授業と体育的行事の連携
  - ・ 仲間と体を動かす楽しさや喜びを実感することができる機会の確保（「時間」「空間」「仲間」の充実）
  - ・ 安全で適切な授業及び体育的行事の実施



※ガイドブックを参照してください。

## 食育の推進

- 食に関する正しい知識の習得と自己管理能力の育成
  - ・ 児童生徒の実態を踏まえた食に関する指導の全体計画に基づく組織的・計画的な取組
  - ・ 給食の時間や各教科等における食に関する指導の充実
- 望ましい食習慣の形成に向けた取組の推進
  - ・ 食に関する健康上の諸問題に対する栄養教諭等による個別的な相談指導の充実

[取組実践例](#)

[「食に関する指導の手引—第二次改訂版—」](#)

## 安全に関する指導の充実

- 自然災害、事故、事件などから主体的に身を守るための安全教育（災害安全・交通安全・生活安全）の推進
  - ・ 体育、保健体育、家庭科などの各教科、総合的な学習の時間や特別活動等における、安全に関する指導の充実

[県学校安全の手引き](#)