

## 都立小平南高等学校（1年目）

【校長】 中野清吾  
【生徒数】 830名  
【学級数】 21学級



次の取組へ

### 【課題・改善】

- ・コロナ禍を経て入学してきている生徒が中学校時代に経験してくるであろう部活動などの問題解決を経験していない生徒が多い
- ・運動部を中心とした部活動での部員の定着率が低下し校内の活力が低下している。
- ・生徒の活動を生徒主体の活動に変更し、実施する。

### 【実態・課題】

- ・部活動への入部率は依然と変化はないが運動部を中心に途中退部の生徒が増加している。
- ⇒生徒のマインドセットへの働きかけ及び教職員の関わり方の変化
- ⇒主体的な生徒の主体的な活動を増大させる。

### 目標

- ・生徒のウェルビーイングの向上（学校の満足度の向上）今年度75%
- ・部活動定着率、満足度の向上

### 【成果】

○生徒の学校生活における意欲の向上  
生徒のウェルビーイングを高めるための面ターナルトレーニングを実施することが出来た。意欲のある生徒を見つけることが出来たので、今後その生徒を中心にトレーニングを継続し、核となる生徒を育成する。来年度はその生徒を中心に学校全体でウェルビーイングを高め、学校全体の活動を活性化を図っていききたい。

### 【取組】

- 特別活動における取組  
生徒のウェルビーイング向上のための講演会を実施した。終了後、生徒にアンケートを実施した。継続的にメンタルトレーニングを行いたい生徒を募集し、約40名の参加希望があった。
- 特別活動における取組  
希望のあった約40名の生徒に対してメンタルトレーニングを実施した。今後取り組みに参加した生徒から、他の生徒への波及を期待している。

## 【生徒のウェルビーイングを高める活動】

### ○ 生徒のウェルビーイング向上のための講演会の実施

・12月19日（火）にJADA1級メンタルコーチの石川真由美氏をお招きして、1,2年生を対象に「夢実現の法則～自分を成長させる最強メンタルの作り方～」を実施しました。心理学と脳科学を交えながら、実際の活動を通じてポジティブに生きるためのコツを伝えていただきました。生徒にとっても教職員にとっても非常に学びの多い講演会となりました。



全体講演会の様子

### ○ リーダー研修会（メンタルトレーニング研修会）

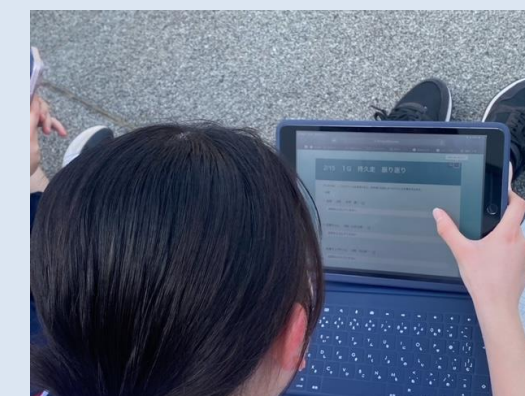


メンタルトレーニング研修会

2月17日（土）に希望者を募って、メンタルトレーニング研修会を実施しました。前回の講演会をうけて、実際にメンタルトレーニングを実践したい生徒約40名に対して石川真由美氏のメンタルトレーニング研修会を実施しました。生徒の意欲も高く、ポジティブに行動するための行動を繰り返してトレーニングしました。今後も継続的に実施をしていく予定です。

### ○ 一人1台端末の活用

- 長距離走の授業での活用  
長距離走の授業において、毎回のタイムをフォームスで入力回答することで、データの集約が容易になり、毎回の結果を即時にフィードバックすることが出来るようになった。
- メンタルトレーニングでの活用  
今回実施しているメンタルトレーニングにおいて、一人1台端末を活用している。プレゼン資料や音源等を共有している。



長距離走での活用の様子