

# 中学校の先生と保健の学習(6年)



中学校への進学が近づいてきた6年生が、阿武中学校の保健体育の先生と「小学生と中学生の生活時間の違いと睡眠の重要性」について学習しました。



「夢を叶えるための準備(その1)」と題した本授業をとおして「睡眠は体調を整えるだけでなく頭の中も整理する」「中学生になると自由時間がぐんと減る」「今からやれることは…」など中学校進学へ向けてのイメージづくりができました。