

令和4年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：34504
学校名：札幌市立青葉中学校

令和3年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果		分析	
体力・運動能力 <男子>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 前回の記録 (R元) と同程度以上の種目 ⇒ なし ◆ 市内の平均値と同程度以上の種目 ⇒ 握力、上体起こし、反復横とび 50m 走、ハンドボール投げ (全8種目全国平均以下) 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 前回の記録 (R元) より下回った種目 ⇒ 全8種目 ◆ 市内の平均値より下回った種目 ⇒ 長座体前屈、20m シャトルラン、立ち幅とび 	<p>コロナの影響は大きいですが、特に柔軟性と全身持久力の低下が顕著である。体育時のストレッチングやサーキットトレーニングの充実が必要と考える。</p>
体力・運動能力 <女子>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 前回の記録 (R元) と同程度以上の種目 ⇒ 握力、上体起こし、ハンドボール投げ ◆ 市内の平均値と同程度以上の種目 ⇒ 全8種目 (ハンドボール投以外全国平均以下) 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 前回の記録 (R元) より下回った種目 ⇒ 長座体前屈、反復横とび、20m シャトルラン 50m 走、立ち幅跳び ◆ 市内の平均値より下回った種目 ⇒ なし (ハンドボール投は全国平均以上) 	<p>コロナの影響は大きいですが、授業の準備運動に取り入れられている筋力トレーニングの効果が現れている。全身持久力は課題解決に向け対策が必要。</p>
運動・スポーツへの意識、運動習慣	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 「運動やスポーツをすることが好き」は R元 男子：86.2% 女子：85.7% R3 男子：88.6% 女子：82.3% <p>※R3年度は男女とも全国平均以上</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 「体育授業除く1週間の総運動時間 60分未満」は R元 男子：10.3% 女子：27.8% R3 男子：11.5% 女子：22.8% <p>※R3年度は男女とも全国平均以上、市内と同程度</p>	<p>運動習慣が身につけていない子どもに対する取組については、校内で実施できる効果的な方策を検討する必要がある。</p>
三つの取組	① 体育・保健体育等の授業の充実	② 授業以外で子どもの運動機会を創出する取組	③ 健康に関する指導の充実
具体的な取組	<p>(1) 「課題探求的な学習」の推進について 教師主導の授業に固執せず、「主体的に学習に取り組む態度」を育成することに力点を置く。継続的に取り組むことで、ねばり強さや調整力を植え付ける。</p> <p>(2) 感染予防に配慮した学習の推進について 感染対策を徹底しながら、運動量の確保に努める。特に本校の課題である持久力の育成に関しては、ソーシャルディスタンスを保ち、有酸素トレーニングを授業の中に取り入れ改善を目指す。</p> <p>(3) ICTを活用した学習活動の充実について 動画等を活用し視覚からイメージを高める活動を適宜取り入れることで、自らの課題点を自覚させ、課題解決の足がかりとする。</p>	<p>(1) 運動機会の充実を図る環境整備の推進について ・校地に隣接するサイクリングロードを有効活用し、ランニングによる体力向上の取組を部活動(文化系部活動含む)で実施する。また、その成果を発揮するタイムトライアルを企画し実施する。</p> <p>(2) 三間(仲間・時間・空間)の創出により運動機会の充実を図る取組について ・体育的行事(陸上競技大会・スポーツ大会)を今後も継続し充実を図る。大会に向けた取組として、昼休み時間を利用するなど、体育委員会や各学年とタイアップし、生徒の自主的活動を促進する。 ・各学年が学年集会で、生徒の主体性を重視したレクリエーション的要素を含めたスポーツレクを企画し実施する。</p>	<p>(1) 各教科等の内容を関連づけた健康教育の推進 ・栄養教諭による食育に関する学びの場を、保健授業と関連づけタイアップした形で設定する。 ・養護教諭による感染予防に関する学びの場を、保健授業と関連づけタイアップした形で設定する。</p> <p>(2) 外部講師の活用など家庭・地域との連携 ・厚生労働省管轄の「薬物乱用防止啓発訪問事業」について、2学年生徒を対象に保健の授業に位置づけ実施する。 ・発達段階に応じた性に関する指導の充実を図るため、講演会の実施について検討する。</p>
検証の方法	<ul style="list-style-type: none"> ・全国体力・運動能力、運動主観等調査結果(2学年)とともに、1, 3学年生徒についても毎年、新体力テストを実施し、経年変化を分析し、よりきめ細かく検証し生徒への意識付けを高める。 ・保健体育科の評価基準に基づく評価結果を活用する。 		