

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：24517

学校名：厚別東学校

令和7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>

○前回の記録を上回った種目
握力、上体起こし、立ち幅跳び、反復横跳び、シャトルラン、50m走、ソフトボール投げ

○前回の記録を下回った種目
長座体前屈

・体育の学習や休み時間に進んで体を動かしていることが多くの種目で前回の記録を上回る結果につながっていると考えられる。

体力・運動能力
<女子>

○前回の記録を上回った種目
握力、上体起こし、長座体前屈、シャトルラン、立ち幅跳び

○前回の記録を下回った種目
反復横跳び、50m走、ソフトボール投げ

・前回に比べ総運動時間が60分未満の子が増えており、走る運動や投げる運動の平均値の低下につながったと考えられる。

運動・スポーツへの意識、
運動習慣

○「運動やスポーツをすることが好き、やや好き」と回答する子どもの割合

○体育の授業を除く1週間の総運動時間が60分未満の子どもの割合

・学年が上がり、男女の体力差がついてくると進んでボール遊び等をしにくくなることがあるので、安心して楽しく運動できる環境を整え、意識改革を行うことが必要。

R6 男子 96.2% 女子 90.4%

R6 男子 6.8% 女子 0%

R7 男子 92.9% 女子 95.5%

R7 男子 0% 女子 18.2%

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子どもが自ら健康の保持増進を図る取組

具体的な取組

○中学校区で体力・運動能力に関する児童・生徒の実態を把握し、ウォーミングアップにとび縄やラダーを取り入れた「リズム体操」を全学年で継続・統一して行う

○ICT（1人1台端末等）を活用し、器械体操や表現活動などを撮影。子どもが自ら課題を発見し、目標をもって取り組めるようにする手立てを講じた授業を行う。

○プロスポーツ選手や外部講師を招聘した運動教室の実施

○グラウンドにドッジボールコートを常設したり、学年で使用できるボールの個数を増やしたりするなど、運動機会の充実を区る環境を整備

○ルーフガーデン、ルーフテラスといった本校独自の場所（空間）を縄跳びのエリアとして設定することで、グラウンド、体育館以外にも体を動かせる場所を整備

○休み時間の身体を使った遊びの奨励

○縦割り活動（森のグループチャレンジ）で全校児童がグループごとに大縄跳びに挑戦する。練習を設けて、自分たちで目標回数を決めることにより、進んで練習をする意識の素地を養う。

○係活動、委員会活動などで児童発信による集団遊び、体を使った遊びの計画を奨励。また、異学年交流も積極的に行う。

家庭・地域との
連携・協働

- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査や学校独自の調査結果等を分析、発信することで、成果と課題を共有
- 地域の外部講師による運動教室の実施
- 学校評議員会・学校関係者評価等を活用し、今年度の取組がどうだったのか検証