

# 令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：25020

学校名：あやめ野小学校

	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>	○全国の記録と同程度もしくは上回った種目 握力、反復横跳び、 20m シャトルラン、50m 走、立ち幅跳び ソフトボール投げ	全国の記録より下回った種目 長座体前屈、上体起こし	身体能力が高い傾向にある。種目別ではソフトボール投げや握力で強みを発揮しているが、柔軟性が明確な課題。男子の100%が「できなかったことができるようになったとき」に楽しさを感じる傾向があるため、柔軟性の向上を「達成感」に結びつける指導が有効。生活面で肥満児がいない一方で9.1%に痩身傾向が見られるのが特徴。
体力・運動能力 <女子>	○全国の記録と同程度もしくは上回った種目 握力、ソフトボール投げ	全国の記録より下回った種目 長座体前屈、上体起こし、反復横跳び、 50m 走、立ち幅跳び、20m シャトルラン	総合評価でA・B判定の児童が不在である。種目別では握力やソフトボール投げで強みを見せる一方、反復横とびを筆頭に、上体起こしや長座体前屈などの項目が極めて低調。生活面では朝食摂取率の低さや、スクリーンの視聴時間が長い点が課題。今後は「運動好き」な意欲を、実際の運動量の確保や生活習慣の改善に結びつける指導が求められる。
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」「体育の授業は楽しい」と回答する子どもの割合 男子：R5_93.8%、R6_81.9%、R7_100% 女子：R5_90.0%、R6_75.0%、R7_100%	○体育の授業を除く1週間の総運動時間が60分未満の「ほとんど運動しない子ども」の割合 男子：R5_0.0%、R6_10.0%、R7_6.7% 女子：R5_0.0%、R6_12.5%、R7_0.0%	男女共に全員が「運動好き」で、達成感や爽快感に楽しさを感じており、運動への意識は極めて高い。女子は男子に比べ目標設定率や朝食摂取率が低く、画面視聴時間が長い傾向にある。今後は高い意欲を維持しつつ、ICT活用等を通じた運動時間の確保が課題。

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
-------	-----------------	-----------------------	---------------------

<b>具体的な取組</b>	<p><b>「課題探求的な学習」の推進</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>学習の中で、取組カードや振り返りシート等を活用することで、児童一人一人が具体的な目標をもち、目標達成のための課題を自分で見だし、主体的に取り組むことができるような指導の充実を図る。</li> </ul> <p><b>子どもが運動の楽しさに触れ、感染予防に配慮した学習の推進</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>単級かつ広い体育館やグラウンドという組み合わせを生かし、運動量を確保した体育の授業を行う。</li> </ul> <p><b>ICTを活用した個別の学習活動の充実</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>撮影した動画等を見返し、自分の動きを確認する中で新たな課題を見付けたり、よい動きを参考にしたりすることで、個別最適な指導の充実を図る。</li> </ul>	<p><b>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及び取組成果の発信</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>中休みや昼休みには、全校児童が外で体を動かす習慣作りを引き続き行う。</li> <li>参観日に学級全体で大縄跳びに取り組む機会を設定することで、仲間とともに楽しみながら体力づくりができるようにする。</li> </ul> <p><b>体力づくりの推進</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>月に1回程度、「パワフルウィーク」とし、短距離走や縄跳びなど、休み時間にも児童一人一人が目標をもって体づくりに取り組むことができるようにする。</li> </ul> <p><b>養護教諭や外部講師を活用することによる、健康教育の推進</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>外部講師による出前講座でスポーツに触れる機会をつくることや、養護教諭との連携による保健「けが予防」「病気の予防」の授業など、年間指導計画の中に健康に関する指導の機会を設定する。</li> </ul>	<p><b>「パフォーマンス向上」のための生活習慣改善</b></p> <p>「より速く走るため」「より長く動くため」といった、児童の好きな「運動」と「生活習慣」を関連付けた、セルフチェックシートを作成することで、単に「早く寝なさい」「朝食を食べなさい」という指導ではなく、「自分の好きな運動をより楽しむために、自ら食事や睡眠をマネジメントする」という意識（自己管理能力）を育てる。</p> <p><b>「あやめ野目標設定プロジェクト」</b></p> <p>「記録に挑戦すること」に楽しさを感じる特性（男子100%、女子約67%）を生かし、体力テストの結果を振り返り、次の学年に向けた「マイルストーンステップ」を作成する。全国平均を大きく上回る運動量をもつ男子と、これから運動時間を増やしたい女子の双方が、自分のレベルに合わせた目標を自ら設定することで、主体的な健康づくりを促します。</p>
---------------	--	--	---

**家庭・地域との連携・協働**

主に、○全国体力・運動能力、運動習慣等調査や学校独自のスポーツテストの結果について、情報共有をする。  
 ○健康診断・検査結果について情報共有をする。  
 ○学校評価による職員・児童・保護者アンケート結果を教育報告会で知らせる。