

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：35010

学校名：あやめ野中学校

	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＞	<p>○前回の記録と同程度もしくはやや上回った種目 握力・上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・50m走・ハンドボール投げ</p> <p>○前回の記録からやや下回った種目 20mシャトルラン・立ち幅跳び</p> <p>○全国平均・札幌市平均との比較：反復横跳び以外は下回っている。</p>	<p>前回の記録と比較して上回ったものは多いが、大幅ではなく、運動部に所属している人数が多い等、運動習慣による影響が表れたと考える。全国平均との比較では、特に、筋力と走力が大きく下回っている。</p>
体力・運動能力 ＜女子＞	<p>○前回の記録を上回った種目 握力・上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・20mシャトルラン・50m走・ハンドボール投げ</p> <p>○前回の記録からやや下回った種目 立ち幅跳び</p> <p>○全国平均との比較：反復横跳び以外は下回っている。</p> <p>○札幌市平均との比較：50m走、ハンドボール投げ以外は同程度もしくはやや上回っている。</p>	<p>前回の記録と比較してほとんどの種目が上回っているが、男子同様運動習慣による影響と考える。全国平均との比較では、ほとんどの種目が下回っており、特に走力、投力の差が大きい。</p>
運動・スポーツへの意識、運動習慣	<p>○「運動をすることが好き・やや好き」と回答した生徒の割合</p> <p>R6 男子：89.7% 女子：65.8%</p> <p>R7 男子：90.1% 女子：90.7%</p> <p>○「運動やスポーツをするにに興味や関心がある・ややある」と回答した生徒の割合</p> <p>R7 男子：84.2% 女子：74.5%</p>	<p>運動することが好きな生徒の割合は特に女子が大きく変化した。しかし実際に運動やスポーツをするにに興味がない生徒は全国を上回っている。より多くの運動機会の設定が運動習慣の定着や体力の向上につながるのではないかと。</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子どもが自ら健康の保持増進を図る取組

具体的な取組

- ・「学ぶ力」育成プログラムと連動させ、保健体育科の授業において『対話的な学び』を充実させる。また、運動への興味・関心を高め、自らの運動習慣について見直す取組を行う。
- ・準備運動に筋力トレーニングと5分間走を取り入れ筋力、持久力の向上を図る。
- ・女子は「できなかったことができるようになったとき」男子は「体を動かすこと、挑戦、競い合い、仲間との交流」に楽しさを感じている傾向があった。また、振り返る活動がうまく機能していない傾向が見られたため、授業に生かしていく。
- ・カーリング、スケートの授業を行い、冬のスポーツに親しむとともにそのルールや魅力を学ぶ。地域の施設利用を継続して行う。

- ・昼休みのグラウンドや体育館の開放を行い、運動の楽しさを見出す機会を設定する。
- ・各階のホール等に体力向上に役立つ用具等を設置する。
- ・休み時間等を利用し、学年単位で運動に親しむレク等を企画する。
- ・陸上競技大会や体育大会を実施し、運動能力の向上を目指す。
- ・ストレッチ講習会を実施し、心身の健康に対する意識を高める。
- ・体育系の部活動に参加している生徒は、日常の部活動の取組において運動し、体力や技術の向上を図る。

- ・マネジメント手帳の効果的な使い方を全教職員で研修し、望ましい生活習慣を確立するための指導を共通して行う。
- ・外部講師の協力を得て「食と健康」や「性」に関する指導に取り組む。（第1学年「性」第2学年「食と健康」）
- ・「救命救急講習」を第2学年で実施。
- ・栄養教諭による食指導や給食週間を実施し、食育の充実に取り組む。
- ・「心身の健康に関する講演会」を第3学年で実施する。
- ・「さっぽろっ子『学び』のススメ」の活用を含め、各家庭への情報発信を充実させ、連携を密にしながら健康の増進に取り組む。

家庭・地域との連携・協働

保健体育科の評価規準に基づく学習状況評価結果の活用(日常の実技テストや観察等)
 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の活用
 札幌市の児童・生徒の健康と食生活に関する調査結果の活用
 学校評価アンケート・学校関係者評価の活用

