

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：26008

学校名：藤の沢小学校

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査（5年生）結果

分析

体力・運動能力
<男子>

○全国平均に比べ、上回った種目 (07歳以上、0平均5歳以上)
◎握力・長座体前屈・20mシャトルラン
・反復横跳び・立ち幅跳び・ソフトボール投げ
○50m走

○全国平均に比べ、下回った種目 (A5歳以下)
△上体起こし (全国平均を0.46回下回る)

多くの種目で全国平均を大きく上回った。スポーツクラブに入るなどで日頃から運動をしている児童が多い、運動が好きな児童が多いことも一因だろう。

体力・運動能力
<女子>

○全国平均に比べ、上回った種目 (07歳以上、0平均5歳以上)
◎長座体前屈

○全国平均に比べ、下回った種目 (A5歳以下)
△握力・反復横跳び・50m走・立ち幅跳び
ソフトボール投げ
▲上体起こし・20mシャトルラン・

全国平均を下回る種目が多く、運動が好きという子が少ないこと、日頃の運動時間が多くないことが要因と考えられる。休み時間などの楽しい運動経験を積ませ、運動することの楽しさや自信を感じさせていきたい。

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 本校 男子好き90% やや好き10% 女子好き0% やや好き83.3%

・地域のスポーツクラブへの入会率
全国 男子64.4% 女子48.8% 本校 男子60.0% 女子16.7%
・1週間総運動時間60分以上 本校男子90% (内420分以上70%)、女子66.7% (内420分以上0%)

運動やスポーツが好きな児童がほとんどだが、女子は「やや好き」が多く、運動経験・時間の不足などが一因と考えられる。

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

○ゲーム化した学習活動の工夫
○課題探究的な学習の推進と体を動かす楽しさを実感できる指導の工夫
体を動かす楽しさを実感できる「課題探究的な学習」と指導の工夫
体育の授業では、児童自らやってみたくなるような工夫する。例えば、マット運動ビンゴ、じゃんけん手押し車など。運動時間を確保しながら、多くの運動経験を積ませたい。得意でない児童には、スモールステップの活動、お手本動画を見て学ぶ活動などしながら、自分の課題に向かって挑戦する姿を目指す。
女子は「俊敏性」などが低いことから、学習の導入で鬼ごっこを取り入れるなどの工夫も効果的である。

○「投げる」「鬼ごっこ」遊びの充実
○体力アップイベントで楽しみながら運動する
○運動環境の整備・充実
遊び場の環境整備と、運動機会の充実
体力テストは、児童にとってあまり経験のない運動もあることから、「藤の沢体力アップイベント」で経験した上で体力テストに臨むと、自信をもって運動できると考える。
「投げる」運動については、「みんなでドッジボール」を月に1回開催し、楽しみながら投げる力を付けていきたい。環境としては、鬼ごっこをより楽しめるように様々な鬼ごっこを紹介する掲示物を貼る。学級の全員遊びでも活用可能。
また、低学年の頃からの休み時間の運動習慣を作っていきたい。サンサンパワータイムのように、体育館遊びでない日も外遊びを推奨する。

○主体的な判断につながる子どもたち自身による情報発信
○外部講師の活用・家庭や地域との連携
主体的な判断ができる児童の育成に向けた取組の工夫

健康に対する意識を高め、子どもたちが取組について自ら考え、「もっとこうしたい」という思いを高めることのできる児童会活動や、学級活動を推進する。
また保健指導、食育指導を行うと同時に、保護者への啓発を進めていく。外部の機関とも連携しながら、正しい知識（性・薬物・喫煙・情報）の獲得と心身を大切にしている態度の育成を図る。

検証の方法

○全国体力・運動能力、運動習慣等調査の全国・札幌市との比較検討
○体育での振り返りシートや保健指導の振り返りシートなどの活用
○休み時間などの運動の様子などの観察