

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：22003

学校名：白楊小学校

	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>	○前回の記録と同程度もしくは上回った種目 握力、上体起こし、反復横とび、50m走 立ち幅跳び、ソフトボール投げ	○前回の記録より下回った種目 長座体前屈、20m シャトルラン、	総合的に見て、体力・運動能力は高い傾向が見られる。学校外でも運動に触れている子どもの割合が多いことから、学校でも様々な運動できる機会をつくる必要があると考える。
体力・運動能力 <女子>	○前回の記録と同程度もしくは上回った種目 握力、立ち幅跳び	○前回の記録より下回った種目 上体起こし、長座体前屈、反復横跳び 20m シャトルラン、50m 走、ソフトボール投げ	前回の記録より下回った種目が多く、総合的に見ても体力・運動能力は低い傾向が見られる。課題の改善に向け、日常的な全身運動や年間を通したなわとび運動を取り入れることが効果的だと考える。
運動・スポーツへの意識 運動習慣	「運動が好き」 R7 前期：87.4% 後期 86.9% 「体育の授業が好き」 R7 前期：91.4% 後期 89.7%	「休み時間に、体を動かして遊んでいますか。」 R7 前期：84.5% 後期 78.1%	三つの項目とも高い傾向が見られる。ただ、冬になると授業以外での運動機会が少なくなるので、今年度は身体を動かす場や機会を設定していく必要である。

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子どもが自らの健康づくりを図る取組の充実

具体的な取組

運動量を十分に確保し、運動そのものの楽しさや友達と運動する楽しさを実感できる体育授業の実践

- ・運動を「する」視点だけではなく、「みる」「支える」「知る」関わりも大切にした授業展開を工夫する。
- ・各運動における基礎的な動きの習得に向けた練習時間の設定と運動量を確保した授業作りを行う。
- ・1人1台端末を効果的に活用する。
- ・自分の記録の伸びや成長に気付くことができる振り返りの場を設定していく。

休み時間に行える運動（球技）の推奨

- ・グラウンドにドッジボール、バスケットボール、キャッチボール、バレーボールができる環境を設定して、いつでも誰でも安全に使えるようにする。

運動意欲を喚起する環境整備

- ・運動が苦手な子どもでも取り組みやすい、ジャンプコーナーや体力テストに挑戦できる場所を提供して、グラウンドが使えなくても1日1回はどの学年も体を動かせる割当にする。

休み時間の充実を図る「異学年遊び」

- ・委員会企画の「全校鬼ごっこ」を実施する。

楽しく持久力の向上ができる取組

- ・白楊の伝統的な「ジンギスカン跳び」を復活させて、体育の授業や休み時間に取り組む。

年間を通した健康指導

- ・養護教諭による各学年の発達段階に応じた保健指導（歯・目・性指導）や保健便りを通した児童や保護者への啓発的な保健指導を実施する。

年間を通した食指導の推進

- ・栄養教諭による全学年での食指導や給食便りを通した児童や保護者への啓発的な食指導を実施する。

保健授業と体育授業の連携の強化

- ・高学年での保健授業と体づくり運動の時期を合わせ、子ども自身が自分の健康を知る機会づくりを行う。

シャポテンログの活用

- ・心と体の健康を記録することで、自身の健康を意識した生活を送ることができるきっかけづくりとする。

家庭・地域との連携・協働

- ・低学年のボール蹴りゲームや中・高学年のタグラグビーの学習など、ボール運動領域でアスリート派遣や出前授業を活用する。
- ・スキー学習では保護者ボランティアに学習補助を依頼するなど、コミュニティスクールを活用していく。
- ・体育授業で撮影した子どもの動画のフィードバックを家庭でも行ってもらう。