

# 令和6年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：35503

学校名：平岡中学校

令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果		分析		
◎札幌市の平均を上回った種目				
◎札幌市の平均を下回った種目				
体力・運動能力 <男子>	20mシャトルラン、立ち幅跳びが3年連続 長座体前屈が2年連続 反復横跳びは今年度より	50m走、ハンドボール投げが3年連続 握力、上体起こしが2年連続	筋力系の要素については下回る傾向があるが、他の要素では上回っており、今後はバランス良く向上させていくための方法の検討が必要。	
体力・運動能力 <女子>	20mシャトルラン、握力が3年連続 反復横跳び、立ち幅跳びが2年連続 50m走が今年度より	上体起こしが3年連続 ハンドボール投げ、長座体前屈が今年度より	筋力系の要素が市平均をやや下回る傾向があるが、上回っている要素が多く、能力は高い。	
運動・スポーツへの意識、運動習慣	「学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属している」「放課後や休みの日に、部活動やクラブ以外で運動やスポーツをすることがある」「卒業後、運動やスポーツをする機会をもちたいと思う」という問いに対して、男女共に札幌市の平均を上回った。		運動・スポーツに携わる機会や、意欲の高い生徒の割合が多く、機会確保を企図したり、意欲の低い生徒に対する意欲の向上を図る必要がある。	
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健康に関する指導の充実
具体的な取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>新体力テストの全学年実施とその記録の変容の認知を通して、自己の体力に関する関心を高め、生涯にわたる運動意欲の向上を涵養する。</li> <li>新体力テストの結果分析を行い、自己の現状の認識と改善に必要な要素を認識させる。</li> <li>体育授業時の補強運動を通して、体づくりの必要性・重要性を喚起し、主体的な取組が行われるよう企図する。</li> <li>特別支援学級におけるスキー授業を通して、雪に親しむ場の設定や冬期間における体力づくりの必要性を認識させる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>体育の授業と関連した昼休み、学校行事等における体育的活動の工夫。 →球技大会、学年レクにおける大縄跳び等、授業内での取組が生かされるような行事内容の検討を行う。</li> <li>休み時間における運動機会の更なる確保 →グラウンド・体育館の開放を通して簡易にバレーボール・バスケットボールに携わることができるよう配慮する。また球技大会・陸上競技大会に向けての練習日などを意図的に設定し、活動量の増加に資する働きかけを行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>学年別、テーマ別の食育の充実 →1学年保健分野の「食事と健康」において、栄養教諭とのTTによる授業を実践し、自己の日々の食事についての関心を高め、栄養摂取の重要性を理解させる。</li> <li>基本的な生活習慣についての指導及び保護者への啓発 →教育相談や学校生活に関するアンケートへの回答結果を分析し、傾向を把握する。 →生活習慣が自己の身体に与える影響や、体調不良時の対応について、正しい知識を習得させるとともに、自身での健康管理が実践できるよう指導する。</li> <li>薬物乱用防止についての推進</li> </ul>	
検証の方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健体育の授業において、各単元における総括的な評価を通して、向上できているかの確認を行う。</li> <li>休み時間や学校行事における活動の見取りから、体力向上に資する活動内容を精査していく。</li> <li>アンケートへの記載内容から、次年度以降の参照とする。</li> </ul>			

