

# 令和7年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：34008

学校名：北都学校

## 令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果

## 分析

<p>体力・運動能力 ＜男子＞</p>	<p>○前回の記録と同程度もしくは上回った種目 ※数値の単位（T得点〔点〕） 「握力（48.2→47.6）」「長座体前屈（46.3→47.2）」 「持久走（37.3→46.8）」「立ち幅跳び（52.8→51.6）」</p>	<p>○前回の記録より下回った種目 ※数値の単位（T得点〔点〕） 「上体起こし（52.3→49.5）」「反復横跳び（52.0→46.5）」 「20m シャトルラン（50.9→46.1）」「50m 走（50.8→47.8）」「ハンドボール投げ（51.5→47.0）」</p>	<p>体育の授業の最初に行う体づくりのメニューで、体力向上を図ったが、昨年度の記録や全国平均を超えることはできなかった。運動に楽しく取り組み、柔軟メニューを取り組む生徒が多く、長座体前屈のみ上回る結果となった。</p>
<p>体力・運動能力 ＜女子＞</p>	<p>○前回の記録と同程度もしくは上回った種目 ※数値の単位（T得点〔点〕） 「握力（46.0→47.8）」「上体起こし（45.9→49.5）」「長座体前屈（44.9→47.4）」「反復横跳び（46.9→46.3）」「持久走（51.1→58.6）」「50m 走（47.2→47.3）」「立ち幅跳び（46.4→53.9）」「ハンドボール投げ（44.5→49.1）」</p>	<p>○前回の記録より下回った種目 ※数値の単位（T得点〔点〕） 「20m シャトルラン（50.9→46.1）」</p>	<p>体育の授業や昼休み、体育的行事など、仲間と楽しく運動に親しむ場面が多く、授業にも積極的に取り組む生徒が多い。授業の最初に行う体づくりのメニューでは、意欲・意識が高く、仲間と一生懸命取り組み、多くの種目で昨年度を上回る結果につながった。</p>
<p>運動・スポーツへの意識、運動習慣</p>	<p>「運動やスポーツをすることは好きですか」 【好き】男子（82.7→66.7）女子（43.6→47.1） 「あなたにとって運動やスポーツは大切なもの」 【大切】男子（82.7→74.3）女子（37.2→65.7） 「中学を卒業した後も、自主的に運動やスポーツしますか」 【する】男子（76.0→53.3）女子（29.5→52.9）</p>	<p>「学校の部活動（運動部）に所属していますか」 【所属】男子（69.3→66.7）女子（37.7→55.7） 「保健体育の授業では、進んで学習に参加していますか」 【いつも進んで参加】男子（52.0→53.3）女子（34.7→31.4） 「体力テスト等について自分なりの目標を立てていますか」 【立てている】男子（83.8→88.0）女子（67.5→74.3）</p>	<p>男子は授業の取組や友達との助け合い、教え合いについて良かったが、運動の楽しさやスポーツへの意義を見いだせず、日常生活への効果が見られなかった。女子はほとんどの記録や運動に関するアンケートで「昨年度」と「全国平均」の記録も上回り、授業を通して運動やスポーツの大切さを学び、日常生活への成果が見られた。</p>

<p>三つの取組</p>	<p>①体育・保健体育等の授業の充実</p>	<p>②授業以外で子どもの運動機会を創出する取組</p>	<p>③子どもが自ら健康の保持増進を図る取組</p>
--------------	------------------------	------------------------------	----------------------------

**具体的な取組**

- リズムジャンプの導入
- 授業初めの体づくり  
→個別最適な種目の選択、協働的に取り組む種目の選択
- アルティメット等の新競技の導入
- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の積極的な活用（自分の力を知り、何を伸ばすべきかを自分で考える）
- ICT（1人1台 Chromebook）活用した学習活動の充実  
→動画で動きの確認や動画提出  
→動作方法やルール等の確認、学習  
→保健分野における知識や情報習得
- 保健学活や薬物乱用防止教室の実施  
「生涯体育(スポーツ・運動)に親しむ」  
「体力向上」「健康の保持増進」  
「けがや病気の予防」につなげていくな  
いをもって授業案、指導計画作成

- 陸上競技大会【学校体育的行事】
- 朝バスケ【特別支援学級の取組】
- 昼休みの体育館利用  
（バスケ、バレー、ドッジビー）【体育委員運営】
- 雪レク（2学年）【雪に親しむ体育的行事】  
※リレー、アルティメット、ドッジボール
- 長期休みに Chromebook を利用した自由課題  
（家庭でダンス、動画をオクリンクへ提出）  
【家庭と授業をつなぐ ICT 機器の活用】
- 「こころーどマラソン」への参加【部活動】
- リズムジャンプ講習会の実施【部活動】
- 学年集会や旅行的行事で、みんなでダンス
- 朝読書の時間に北都体操【3学年】  
≪今後実施予定≫※昨年度同様
- 雪かきチョコボラ
- 朝読書の時間に北都体操【全学年】

- 【教科間での共有】SDGs について  
・保健体育科（保健分野）→調べ学習、日常生活や学校で取り組めること、Google forms でアンケート
- ・理科→地球環境問題への調べ学習
- ・国語→主張発表会原稿「環境問題への対策」
- ・技術科→SDGs についての学習
- ・家庭科→SDGs すぐらく  
⇒各教科で、異なる視点から授業を行い、視野を広めることができた。
- 【給食】食について、栄養指導  
（給食に関する取組や給食指導）
- 【生徒会】「保健見直し週間」  
→保健委員会が主体となって活動、感染症対策・衛生面の向上
- 【長期休みの自由課題】  
健康に関するポスター作り（保健体育科）
- 【小中一貫した教育】小学校での部活動、小学生との部活動交流、体育授業交流

**家庭・地域との連携・協働**

- ICT（Chromebook）を持ち帰り、家庭で取り組んだマイプログラムやダンス（家族と一緒に踊る）等の動画をオクリンクへ提出
- 小学校への出前授業（高学年の体育授業を中学校体育科教諭が指導）、マイプログラムやリズムジャンプの指導
- 地域のイベントへの参加（白石こころーどふれあいマラソン、川下公園での雪あそびボランティア等）