

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：31012

学校名：上篠路中学校

	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＞	○北海道平均と同程度もしくは上回った種目 長座体前屈 反復横跳び	○北海道平均の記録より下回った種目 握力 上体起こし ハンドボール投げ 50m 走 立ち幅跳び 20m シャトルラン	運動の楽しさを感じるほど、1 週間の総運動時間が 多い傾向が顕著であり、体力合計点も高い傾向にあ ることから、運動の楽しさを感じさせる取組が効果的 である。
体力・運動能力 ＜女子＞	○北海道平均と同程度もしくは上回った種目 長座体前屈	○北海道平均の記録より下回った種目 握力 上体起こし ハンドボール投げ 50m 走 立ち幅跳び 20m シャトルラン 反復横跳び	仲間との交流活動を体育の授業に求める声が多く、 年間を通じて交流活動を取り入れ、主体性を引き出 し、運動の楽しさを感じさせる取組が効果的である。
運動・スポー ツへの意識、 運動習慣	「体育授業以外の運動・スポーツ実施状況」 で週3日以上と回答した生徒の割合 R7 男子 62.2% R7 女子 33.3%	1 日の運動・スポーツの実施時間が 30 分未満の 「ほとんど運動しない子ども」の割合 R7 男子 32.4% R7 女子 66.7%	アンケート結果より、日常の運動機会の確保の重要 性が読み取れた。運動強度の低い軽運動でも体育授 業以外の活動中で確保することができる取組を実施 していく必要がある。

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子どもが自ら 健康の保持増進を図る取組

具体的な 取組

(1) すべての子どもが体力や運動能力に左右されず運動の楽しさや保健体育の授業で課題を見つけ様々なことに挑戦したり、友達と交流したり協力し、楽しさを感じることができるよう「課題探求的な学習」における課題の難易度や興味関心を視点にした授業改善を図る。

(2) 単元ごとに見通しをもって授業に参加できるよう単元の最初に単元計画を提示する。

(3) 体育の授業において日常的に取り組み体力を高める補助的な運動の成果を自身で確認しやすいよう工夫し、体力が向上する楽しさを体験する。

(1) 生徒会活動により「健康づくり」に結びつく創造的な取組により運動機会の充実を図る。
体育大会、大縄跳び大会、スポーツデイ、雪に関する取り組み（雪像づくり予定）等。

(2) 友人との交流がスポーツの実施と相関が高いことから、昼休みの時間に体育館やグラウンドを開放する。また、体育委員会主催で特定の種目以外の種目も昼休みに実施できる週間を設ける。

(3) 生徒会活動を含む様々な活動において、子どもが異学年と相互に交流する場面を取り入れるよう工夫し、仲間づくりを啓発する。

(1) 「各教科」「総合的な学習の時間」「学級活動」「学校行事」の全ての教育活動において健康づくり教育を総合的に関連付け、より効果的に取り組む。

(2) 「食に関する指導」に重点をおいた「健康づくり」教育を教育活動全体で充実させる。

(3) 体力テストの分析を3か年で実施し、自分の成長や自分の今後の課題について興味をもちやすくする。

家庭・地域との 連携・協働

学校評議員会、中学校区青年健全育成推進会など、各関係団体に「健やかな体」育成プログラム提示して啓発を図る。
歯の健康に関する特別活動の学習において、学校医をゲストティーチャーに招き、子どもの実態を踏まえた指導の充実を図る。