

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：24010

学校名：北郷小学校

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・長座体前屈
反復横跳び・20m シャトルラン・50m 走
立ち幅とび・ソフトボール投げ

○前回の記録より下回った種目

なし

・運動が「好き」「やや好き」と回答している子がほぼ 100% である。週に4回以上、習い事や休み時間や放課後遊びなどで身体を動かしているため、運動能力を維持できていると考ええる。

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・上体起こし
反復横跳び・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
50m 走・立ち幅とび

・運動が嫌いな子は、一週間でほとんど身体を動かしていない。逆に運動が好きな子は、身体を動かしたりと差が大きい。

運動・スポーツへの意識、
運動習慣

・男女ともに、スポーツに関する意識では、「スポーツを見ること」（男子 68.3%、女子 66.6%）よりも、「スポーツをすること」（男子 87.1%、女子 84.4%）の割合の方が多い。

・体育の時間で楽しいと思っている子の理由の上位
男子：できないことができるようになったとき（96.7%）
女子：友達と交流や協力できたとき（100%）

・体育が楽しいと感じる理由が男女で違いがあることから、授業の内容を考える上で「できる運動が増える」、「ゲームなどで交流・協力する活動を増やす」ことで、身体を動かす楽しさを感じ、運動する機会の増加に繋がると考える。

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

○子どもが運動の楽しさに触れられる「課題探求的な学習」の推進

- ・体育の時間内になわ跳びの時間を確保し、基礎体力の維持増進を図る。
- ・運動の際に、手形・足形などの補助具を活用し、手や足を着く位置を見える化する等、ユニバーサル授業の視点を取り入れた指導の工夫をする。
- ・運動への挑戦意欲をもてるよう、学習カードやICT機器を利用し、自分の伸びを実感できるようにする。
- ・マットと跳び箱月間を設定し、準備や後片付けの時間を短縮し、運動時間を十分に確保する。

○運動機会の充実を図る環境整備の推進

- ・朝の活動の時間に、学年ごとに体育館を割り当て、なわ跳びをする機会を増やす。
- ・リズム縄跳びや頑張りカードなど、休み時間にも挑戦したくなるような取り組みを提示し、子ども同士で楽しく運動できるように工夫する。
- ・学校横のアスファルト面に「ケンパーコース」、体育館の壁に「先生のジャンプ手形」を貼り、休み時間に子どもたちが身体を動かしたくなるような環境を作る。

○子どもによる運動機会を創出する取組

- ・学級での中休み遊びに加え「遊び委員会」が中心となって、委員会で身体を動かす企画を立案し、多くの児童に運動機会ができるよう工夫をする。教師も一緒に遊び、子どもたちへの声かけを継続する。

○各教科等の内容を関連付けた健康教育の推進及び外部講師の活動など家庭・地域との連携

- ・保健の授業で、養護教諭や助産師による専門的な見地から、性に関する指導の充実を図る。
- ・保健や家庭科、学活などで、栄養教諭や栄養士による専門的な見地から、食に関する指導の充実を図る。
- ・給食の献立に含まれる5大栄養素を掲示するなど、目で見て分かるように工夫をする。
- ・エスポラーダから講師の方を招き、楽しみながら身体を動かす出前授業を行う。

家庭・地域との
連携・協働

- スキー学習で、指導補助のために保護者や地域の方々に声掛けをして、ボランティアを依頼する。
- 夏休み前には、ラジオ体操のカードを配布し、地域との連携を図る。