

令和7年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：34007

学校名：札幌市立北白石中学校

	令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果		分析
体力・運動能力 <男子>	○札幌市の記録と同程度もしくは上回った種目 握力、反復横とび、立ち幅とび	○札幌市の記録より下回った種目 上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン、50m走、ハンドボール投げ	札幌市と比較した際に、筋持久力、持久力、柔軟性、巧緻性に課題がある。
体力・運動能力 <女子>	○札幌市の記録と同程度もしくは上回った種目 握力	○札幌市の記録より下回った種目 握力以外すべて	札幌市の平均を下回っているものが多い。「授業が楽しい」という回答率が低いことから、授業で「できた」と実感できる取組が必要だと考える。
運動・スポーツへの意識、運動習慣	○「運動が好き」と答えた割合 男子：60.9%(69.9%)、女子：39.8%(43.4%) ○「運動は大切」と答えた割合 男子：65.2%(71.5%)、女子：49.4%(48.9%) ○「保健体育の授業は楽しい」と答えた割合 男子：37.6%(58.9%)、女子：29.1%(38.3%)	○1週間の総運動時間が60分未満の割合 男子：7.0%(11.2%)、女子：20.0%(25.3%) ○「テレビ、ゲーム機、スマホ、パソコン等の平日の視聴時間」が5時間以上と答えた割合 男子：27.5%(18.9%)、女子：17.0%(18.3%) ※()内の数値は札幌市の平均	本校は、1週間の総運動時間が60分未満の割合が札幌市より少なく、運動量は確保している。「運動が好き」と答えた割合、「授業が楽しい」と答えた割合が札幌市に比べて低いことから、運動の内容の充実を図り、運動に向けた意欲を高める必要があると考える。授業改善を図り、体力向上に向けた取組を行っていききたい。

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

- 体育分野での、継続的な運動
 - ・毎時間リズム運動を行う
 - ・毎時間に課題である筋持久力を鍛えるトレーニングを行う
 - ・年1～2回の「20mシャトルラン」
- ICTを活用した学習活動の充実
 - ・動画による動作の客観視
 - ・保健分野における知識や情報収集
- 課題探究的な体育の学習
 - ・生涯運動に親しめる知識の獲得
 - ・健康保持増進のための基礎的能力
- 体力テストの全学年実施の継続

- 学校体育的行事「スポーツ大会」
- 特別支援学級の取組「朝運動」
- 三間（仲間、時間、空間）の創出により、運動機会の充実を図る取組
⇒昼休みに体育館を開放し、体育専門委員による運動機会の創出
- 北白石雪フェスティバルのボランティア活動

- 食育活動の充実
 - ・給食指導や関係教科での食への興味関心の向上
- 基本的な生活習慣の確立
 - ・保健だよりや給食だよりなどによる生徒・保護者への啓発活動
 - ・保健専門委員による感染症予防の取組
- 小中一貫とした教育
 - ・小学生の部活動見学や体験会の実施

家庭・地域との連携・協働

- 北白石雪フェスティバルによるボランティア活動などにより、雪に親しむ運動機会の創出
- 昨年度までの全国体力・運動能力、運動習慣等調査や学校独自の調査結果等を活用
- 学校評議員会・学校関係者評価等の活用