

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：22011
学校名：光陽小学校

	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>	○全国平均よりも上回っている種目 握力・上体起こし・長座体前屈・ 立ち幅とび・ソフトボール投げ	○全国平均よりも下回っている種目 反復横跳び・20mシャトルラン・50m走	男女共に、筋力（握力）、筋持久力（上体起こし）、柔軟性（長座体前屈）、瞬発力（立ち幅とび）は全国、札幌市平均を上回っている。しかし、男女共に、敏捷性（反復横跳び）、走力（50m走）、持久力（20mシャトルラン）が全国平均を下回り、課題が見られる。特に50m走は、筋力、敏捷性、持久力、瞬発力などあらゆる力が絡むため、運動の機会と時間を確保し総合的な身体能力の底上げが必要と思われる。またそうすることによって他の能力も向上してくるものと考えられる。 8割以上の子どもが体育の授業が楽しく、運動が好きであると回答しており、体を動かすことを好んでいる子が多い。一方で、平日1日3時間以上の視聴時間（テレビ・ゲーム機等は全国平均を大きく上回っている。その要因は、放課後に外遊びをせず、ゲームをしたり、Youtube等のコンテンツを視聴したりしていることにあると考えられるため、学校に限らず外遊びの推奨を更に発信していく必要があると考える。
体力・運動能力 <女子>	○全国平均よりも上回っている種目 握力・上体起こし・立ち幅とび・ 長座体前屈	○全国平均よりも下回っている種目 50m走・反復横跳び・ ソフトボール投げ・20mシャトルラン	
運動・スポーツへの意識、 運動習慣	「運動やスポーツが好き、やや好き」 ⇒男子 94.8%(93.4) 女子 81.9%(85.8) 「体育の授業が楽しい、やや楽しい」 ⇒男子 94.7%(94.6) 女子 97.0%(88.1)	「朝食を毎日食べる」 ※()内は全国平均 ・男子 83.3%(82.5) ・女子 81.3%(80.4) 「平日1日3時間以上の視聴時間（テレビ・ゲーム機等）」 ・男子 50.0%(42.7) ・女子 46.0%(37.4)	

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子どもが自らの 健康づくりを図る取組の充実
-------	---------------------	---------------------------	---------------------------

具体的な 取組	<p style="text-align: center; background-color: #00b050; color: white; padding: 5px;">運動の楽しさに触れられる場の充実</p> <p>○研修の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「マット運動週間」「跳び箱運動週間」「スキー学習」を実施する際に、研修を行い、安全に楽しく運動が行える場や指導法について学校で共有する機会を設定する。 <p>○視覚教材（ICT）の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ・児童自身が客観的に自分の試技を見て、技能を向上させるためのツールとして必要に応じてクロームブックを活用する。 ・器械運動のお手本動画（独自）や運動の行い方の掲示物を全校で共有・活用する。 <p>○専門性を生かした授業・指導の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ・養護教諭や栄養教諭、外部講師の協力をいただき、学習内容を充実させ、より専門性の高い実践を増やしていく。 	<p style="text-align: center; background-color: #00b050; color: white; padding: 5px;">三間（仲間、時間、空間）の創出</p> <p>○全校で体力テストの取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各学年の発達段階に応じて掲示物等で優れた記録や前学年との記録の伸びを意識して行うことができるよう取り組む。 ・日常的に練習できる場の設定。 <p>○休み時間における運動機会の創出</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎休み時間、全学年が体を動かすことができるよう運動場所を割り当て、「走る」「跳が」「投げる」「蹴る」など様々な運動が行える場を設定する。 <p>○器械運動週間の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・休み時間にも自由に練習することができるようにしたり、進んで主体的に自分の課題に取り組んだり、友達と運動を見合ったりしながら運動できるような環境づくりを行う。 	<p style="text-align: center; background-color: #00b050; color: white; padding: 5px;">主体的に健康の保持増進を図るために</p> <p>○系統立てた継続的な指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保健指導や食指導など、6年間をかけて系統立てた指導を継続することにより、子どもたちの健康づくりに対する意識を高めていく。 <p>○スポーツ委員会を中心とした企画</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友達と一緒にあってどの子もスポーツに親しみ、楽しみながら運動する機会を増やし、能力向上、体力増進を目指す。 <p>○情報発信による家庭との連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保健便りや給食便り、HP等による情報発信を通して健康課題や健康づくりに関する指導を保護者と共有し、子どもたちの健康への意識を高められるようにしていく。
------------	---	--	--

家庭・地域との連携・協働

- ・水泳学習やスキー学習を中心に、スポーツクラブのインストラクター等の外部講師の協力を仰ぎ、学習内容を充実させる。
- ・学校医との連携を図り、学校に招いて、子どもの実態を踏まえた指導の充実を図る。

