

令和4年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：36011

学校名：南が丘中学校

令和3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>	<ul style="list-style-type: none"> ・全国平均よりも平均値が高い項目は「握力」。「握力」以外の項目は全て全国平均を下回る結果であった。 ・「20mシャトルラン」は上位層が少なく、中位層・下位層が多い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・筋力、敏捷性、柔軟性、全身持久力など多くの面で体力が低い傾向にある。総合評価は平均を下回るが粘り強く取り組ませることで向上する可能性がある。 	
体力・運動能力 <女子>	<ul style="list-style-type: none"> ・全国平均よりも平均値が高い項目は「握力」。「握力」以外の項目は全て全国平均を下回る結果であった。 ・「20mシャトルラン」と「長座体前屈」は全国平均を大きく下回る結果である。 	<ul style="list-style-type: none"> ・総合評価は平均を下回る。全体的に上位層が少なく、中位層が多い。平均値付近の生徒が多い。全体的な底上げが課題である。 	
運動・スポーツへの意識、運動習慣	<ul style="list-style-type: none"> ・「運動することは好きですか？」に対する回答で「好き」「やや好き」と答えた生徒の割合は男子が全国平均よりも少なく、女子はやや多い結果であった。 ・「活動やスポーツクラブに所属している割合」は男女ともに全国平均を大きく下回る結果であった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・男女共に部活動やスポーツクラブの加入率が低いことから、運動する機会は比較的少ない傾向にあると考える。全体的に学校での運動の場面を増やしていくことが望まれる。 	
三つの取組	<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【最重点】</p>	<p>③ 健康に関する指導の充実</p>
具体的な取組	<ul style="list-style-type: none"> ○新体力テストの結果から、本校生徒の課題（筋力・敏捷性・柔軟性・全身持久力）を強化できるような授業を行う。 ○授業で運動量を確保し、持久走を定期的に取り入れることで基礎体力を高める。 ○ウォーミングアップを活用して、縄跳び運動やストレッチなどの軽い運動から徐々に負荷をかけ体力向上を目指す。 ○スキー学習でのインストラクターを活用した少人数の班編成を行い、滑走時間を増加させる。指導内容も充実させることでウィンタースポーツに親しむ資質を育む。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎小中一貫した教育を推進する。校区内小学校での運動機会を創出する取組を知り、中学校での指導・運動機会や時間の確保に役立てる。 ◎昼休みなどを活用して、ボール運動や縄跳び運動、ストレッチなどの軽い運動の機会を増やす。 ◎冬期間に卓球台を常設し、生徒が安全に多くの時間利用できるようにして身近に運動に親しめる環境をつくる。 ◎運動に関するレクリエーションを企画し生徒が主体的に運動できる種目を実施する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康に不安を感じる生徒に対する相談活動を充実させる。 ○保健の授業や思春期ヘルスケア事業などの講演会により、性や生命に関する実践的な情報を発信する。 ○食と体づくりを考えたり、地産地消やフードリサイクルを推進したりして、地域への愛着と大切に食べようとする意欲を育み、食育を全校体制で進める。給食だより等を通して家庭とも連携していく。 ○調理実習ではティームティーチングを取り入れ、きめの細かい指導を行う。 ○スクールカウンセラー、相談支援パートナーと連携する時間を確保することで「心」の健康を育み、きめの細かい指導を行う。
検証の方法	<ul style="list-style-type: none"> ○保健体育の評価規準に基づき、日常の実技テストや観察等を通して学習状況を評価し、結果を活用して課題の解決につなげること。 ○全国体力・運動能力、運動週間等調査結果の結果・分析を踏まえ、全職員で状況を把握し、取組の修正や改善につなげること。 ○健康と食生活に関する調査の活用を図り、持続可能なPDCAサイクルの実行に努めること。 ○学校評価アンケートの活用を図り、学校の自己評価が適切に行われているかを振り返ること。 		