

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：25015

学校名：南月寒小学校

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>	<p>【全国平均値を上回った種目】 握力、20m シャトルラン 握力は前年度に引き続き、全国平均値を大きく上昇。</p> <p>【全国平均値を下回った種目】 上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、50m 走、立ち幅とび、ソフトボール投げ</p>	<p>体力・運動能力の結果は左記の通り全国平均値を下回る種目が多かった。本プログラムで目指す能力の向上が見られた種目もあれば、課題が残された種目もある。種目ごとの数値の分布をみると、ソフトボール投げや立ち幅とびは得意な子と苦手な子の差が大きい。また、令和7年度のダブルダッチや大縄跳びは、子どもたちの新たな運動機会となったが、活動人数や場所の確保が課題となった。一方、左記の「体を動かす遊びやスポーツをすることは好き」「いろいろな種目を体験したとき楽しく感じる」については男女の差はあるが、運動への意欲向上を図れる数値だった。</p>
体力・運動能力 <女子>	<p>【全国平均値を上回った種目】 握力、上体起こし、長座体前屈 握力は男子に同じ。長座体前屈は昨年と比べ、校内平均値も上昇</p> <p>【全国平均値を下回った種目】 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</p>	
運動・スポーツへの意識、運動習慣	<p>【成果】 体を動かす遊びやスポーツをすることは好き (男子) 運動が好き 80.0%、やや好き 17.8% (女子) 運動が好き 60.4%、やや好き 20.8%</p> <p>【課題設定の指標】 いろいろな種目を体験したとき楽しく感じる (男子) 楽しい 81.8%、やや楽しい 15.9% (女子) 楽しい 57.7%、やや楽しい 23.1%</p>	

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

体育の授業で、自分が達成すべき目標を決め、それに向けて考え、努力しながら運動の楽しさを感じられる授業を目指す。

【子どもが主体的に学べる工夫】
本校の子どもたちの「いろいろな種目の体験を楽しむ」点を生かし、体育の授業ではじめて出会う運動に対し、子どもたちが「楽しそう!」「やってみたい!」と感じられるような教材(プロ選手の動画など)を提示し、好奇心を高める。また、子どもたちが直面することが予想される困難や課題に対し、補助器具や視覚的な情報などを自由に使える環境を設定し、子どもが「自分でできた!頑張れた!」という達成感や喜びを感じられるようにする。

【協同的に学べる工夫】
指導者が指示し、子どもたちが取り組む、という形ではなく、活動内容について仲間と話し合い、アドバイスや作戦を伝え合いながら目標を達成する形を目指す。その中で指導者は子どもたちをサポートする役割を担うが、子どもたちに「自分たちで考えて運動する楽しさ」を実感させる。

休み時間、子どもが体を動かしたくなる環境を設定する。子どもが自分から「あれやってみよう!」という思いをもって遊べることを目指す。

【投げる力を伸ばす場】
子どもたちがいつでもドッジボールを楽しめるように、グラウンドにドッジボールコートを3~4コート設営し、グラウンド使用時期は常設する。

【走る力を伸ばす場】
トラック設営用のポイント(基礎)を活かし、50mコースを常設する。休み時間でも教職員の協力があれば、いつでもタイムを計測できる環境を整える。

【跳ぶ力を伸ばす場】
令和7年度に引き続き、ダブルダッチロープを常設する。また、短縄も使いやすいように、縄跳びエリアを設け、個人でなわとびを楽しめるようにする。

【器械運動の能力、柔軟性を伸ばす場】
教職員の見守りのもと、体育館内の一部に跳び箱やマットを常設する期間を設ける。

子ども自身が「健康」の意味を正しく理解し、日常生活の中で健康を維持するための行動を心掛けられることを目指す。

【食を通しての健康】
栄養教諭を中心に学級、学年ごとの栄養指導の時間を設ける。給食だけでなく、日々の食事の内容や、食材が体に与える栄養、影響について、子どもたちが正しい知識を得られる授業を行う。

【子どもの自己管理能力の向上】
本校の子どもたちは、睡眠時間は十分に確保できているが、スクリーンタイム(デジタル機器に関わる時間)がやや多い。それ故に体を動かす時間が確保できていない。家庭科や保健の授業を通し、生活を見直す機会を設け、運動機会を増やすことを意識させる。

家庭・地域との連携・協働

●プロスポーツチームによる出前授業を依頼し、運動への関心を高める。