

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：36004
学校名：札幌市立簾舞中学校

	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>	<ul style="list-style-type: none"> ・前回と比較すると全ての種目の結果が下回った。 ・全国平均と比較すると「50m走」がやや下回っており、その他の種目は下回った。 	<ul style="list-style-type: none"> ・全国平均と比較すると多くの種目が下回ったが、中でも「上体起こし」「持久走」「20mシャトルラン」など持久力に関わる種目の結果が低かった。
体力・運動能力 <女子>	<ul style="list-style-type: none"> ・前回と比較すると「20mシャトルラン」「立ち幅跳び」はやや下回った。その他の種目は下回った。 ・全国平均と比較すると「50m走」はやや下回った。その他の種目は下回った。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「50m走」は全国平均に近かったが、男子と同様に持続的な種目の結果が低く今後の課題と考えられる。
運動・スポーツへの意識 運動習慣	<ul style="list-style-type: none"> ・男女ともに運動やスポーツが「好きか」「興味関心があるか」など運動やスポーツに対する肯定的な意識が、全国・札幌市の結果と比べて低かった。 ・学校の体育以外で日常の運動やスポーツを行う時間も全国や札幌市の結果と比較して少なかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・例年と比較して運動やスポーツに対する意識が低いため、遊びも含めて体を動かす機会が増えるよう意識していけるとよい。

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	<ul style="list-style-type: none"> ○運動を楽しいと実感できる授業、魅力ある授業づくりを目指し、生徒が主体的に運動に取り組む指導に努める。 ○授業の始めに目標を示し目標達成のために自己の課題を見つけて、その課題解決に向け取り組めるよう工夫する。 ○基礎体力の保持増進と運動量の確保、体づくりを目指した授業の充実を図る。 ○全ての体育授業の導入部に「体力づくり」の時間を設定し、意欲的に運動に取り組む環境づくりに努める。 ○「体育祭」や「スキー授業」を実施し、日常の体育以外でも運動の機会を設ける。 ○自分の「伸び」を実感して、新たな目標を持てるような評価の在り方に努める。 	<ul style="list-style-type: none"> ○「学習・生活日記」の取組により規則的な生活習慣の確立を図る。 ○お昼の休み時間の体育館やグラウンド開放を充実させる。 ○「雪かき汗かきチャレンジ」等、個人や集団で楽しみながら運動量を確保する取組を試みる。 ○長期休業中の「生活リズムチェック」を実施し、その中で計画的な運動習慣の定着をはかる。 ○放課後等に委員会の活動として生徒が楽しく運動に参加できる機会を設ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ○心身の健康、特に命の大切さを重視した授業の充実を図り、委員会活動等にも取り入れる。 ○「保健便り」や「給食便り」等を通じて基本的な生活習慣の確立に向けた情報発信に努める。 ○保健体育の授業を通して心身の健康について考えを深め、より充実した日常生活を送ろうとする心を養う。 ○長期休業中の「生活リズムチェック」を実施し、生徒が自らの健康を考え、生活習慣や運動習慣を改善していけるよう促す。
---------------	---	--	---

家庭・地域との連携・協働

- 保健体育の評価規準に基づき学習状況を評価し結果を活用して課題の解決を図る。
- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査等を活用し状況を分析して日常生活における運動や健康に関わる取組の充実を図る。
- 学校独自の生徒アンケートや保護者アンケート等を活用し振り返りを行う。