

令和6年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：31007

学校名：宮の森中学校

令和5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>○全国平均と比較して上回った種目 握力、上体起こし、反復横跳び、50m走、立ち幅跳び、20mシャトルラン、ハンドボール投げ</p> <p>○全国平均と比較して下回った種目 長座体前屈</p>	○筋力と筋持久力、敏捷性、スピード、瞬発力、全身持久力、巧緻性が全国平均と比較して優れている。総合評価は全国平均と比較して上回っている。	
体力・運動能力 <女子>	<p>○全国平均と比較して上回った種目 反復横跳び、ハンドボール投げ</p> <p>○全国平均と比較して下回った種目 握力、上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン 50m走、立ち幅とび</p>	○敏捷性と巧緻性、瞬発力が全国平均と比較して優れている。総合評価は全国平均と比較して下回っている。	
運動・スポーツへの意識、 運動習慣	<p>・「運動やスポーツをすることが好き」 男子 90.9%、女子 70.6% 「体育の授業は楽しい」 男子 95.4%、女子 82.3%</p> <p>・一週間の運動時間の合計時間は男子が全国平均より上回っているが、女子は全国平均と比較して下回っている。</p>	○体育の授業では達成感を味わうなど、満足した取り組みができています。卒業後も自主的に活動したいと考えている生徒が多い。	
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</p> <p>③ 子どもが自らの健康づくりを図る取組の充実</p>		
具体的な取組	<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テストを3年間実施し、自己分析する中で自ら課題解決に向かう力を育成。 ・体育授業の補強運動を継続。 ・スキー授業の継続実施。 ・健康教育の充実。課題を発見し目標をもって取り組めるような授業展開。 ・メンタルヘルスに関する指導の充実。 ・技能や戦術などについての話し合い活動の充実。まとめの発表。相互評価。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体育的行事の実施。 ・昼休みなどの体育館・グラウンド等、場の提供と用具の貸し出し。 ・運動の必要性についての理解の充実。 ・外部スポーツイベントや場所の紹介と参加への呼びかけ。 ・通学路除雪ボランティア・「雪かきチョコボラ・雪遊びチャレンジ」への参加。 	<ul style="list-style-type: none"> ・保健の授業において、思考力・判断力を育むような内容の充実。 ・「命の教育」の推進。 ・養護教諭やSC、ゲストティーチャーを活用した授業の実践。 ・技術家庭科や給食指導等における「食と栄養」に関する指導の充実。 ・感染予防に関する指導の充実と保体委員会を中心とした啓発活動。 ・保健だよりの発行による規則正しい生活習慣の確立や健康の保持増進に関する指導の充実と、生徒並びに保護者への啓発活動。
家庭・地域との連携・協働	<ul style="list-style-type: none"> ・保健体育科の授業で講師を招いてのダンスの授業の実施。 ・青少年健全育成推進会和連携し、通学路除雪ボランティアを実施。 ・札幌医科大学と連携し、「手洗い徹底活動プロジェクト」に参加、川柳や動画の撮影を行い、啓発活動を実施。 		