

令和8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>○全国平均と比較して上回った種目 長座体前屈、立ち幅跳び、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、反復横跳び、20m シャトルラン、50m 走</p>	○瞬発力と柔軟性、巧緻性が全国平均と比較して優れているが、筋力、持久力、敏捷性は全国平均より下回っている。総合評価も全国平均と比較して下回っている。
体力・運動能力 ＜女子＞	<p>○全国平均と比較して上回った種目 握力、長座体前屈、立ち幅跳び、ハンドボール投げ、20m シャトルラン、50m 走</p> <p>○全国平均と比較して下回った種目 上体起こし、反復横跳び</p>	○柔軟性、スピード、瞬発力、巧緻性、筋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上回っている。
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 86.4%</p> <p>「保健体育の授業は楽しい」 男子 86.1%、女子 93.1%</p> <p>一週間の運動時間の合計時間は、全国平均より男子が下回り、女子が同程度であった。昨年度に比べ、体を動かすことが好きだという生徒が少なく、運動に対する意識も低いようである。</p>	○体育の授業では個人の目標に合わせた練習方法や、それぞれが達成感を味わえるようなゴール設定を行っているが、運動が苦手な生徒にとっては、達成感を味わえるまでの取組ができていなかった。
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	<p>○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の育成。</p> <p>○運動やスポーツの楽しさを実感できる課題探求的な学習の推進。</p> <p>○体育と保健を関連付けた取組の推進。</p> <p>○体力向上のため、体育授業の補強運動を継続。</p> <p>○スキー学習の実施を通し、ウインタースポーツに親しむ習慣の推進。</p> <p>○プロのダンス講師を招いてのダンス授業とグループダンス発表会の展開。</p> <p>○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。</p> <p>○ICT 端末を活用し、見本と自己のフォームを比較することによる習熟度の向上。</p>	<p>○熱中症及び感染症対策についての理解を深め、継続した対策の実施。</p> <p>○発達段階に応じた「命の授業」の推進と、外部講師による講演会の充実。</p> <p>○養護教諭やスクールカウンセラーと連携した生命尊重、心身の健康増進やストレスマネジメントに関わる指導の充実。</p> <p>○技術家庭科や給食指導と連携した「食と栄養」に関する指導の充実。</p> <p>○保健委員会と連携した取組。</p> <p>○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。</p> <p>○情報モラルや薬物乱用防止等、現代的な健康課題の解決に向けた指導の充実。</p>
家庭・地域との連携・協働	<p>○保健体育科の評価規準に基づく学習状況評価結果の活用。</p> <p>○学校評議会・学校関係者評価等の活用。</p> <p>○札幌医科大学医学部公衆衛生学講座「STEAM教育の理念で探求する～手洗い見える化研究の挑戦」と連携した生徒主体の探究活動。</p>	○全国体力・運動能力習慣等調査の活用。