

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：24513

学校名：大谷地東小学校

	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>	○前回の記録と同程度もしくは上回った種目 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、 20m シャトルラン、50m 走、立ち幅跳び、ソフトボ ール投げ	○前回の記録より下回った種目	体育の授業で継続しているリズム縄跳びや休み時間の縄跳び 検定、ドッジボールやバスケットボール遊びの充実により、全種 目で前回と同程度または上回る結果となった。
体力・運動能力 <女子>	○前回の記録と同程度もしくは上回った種目 上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、20m シャトルラン、50m 走、ソフトボール投げ	○前回の記録より下回った種目 握力、立ち幅跳び	休み時間の縄跳び検定やボール遊びなど、友達と関わりながら 体を動かす機会が増えたことで、多くの種目で前回は上回る結果 につながった。一方で、握力と立ち幅跳びには課題が見られたた め、筋力や跳躍力を高める運動を継続的に取り入れていく必要が ある。
運動・スポー ツへの意識、 運動習慣	○「運動やスポーツをすることが好き、やや 好き」と回答した児童の割合 R6 男子:87.1%、女子:90% R7 男子:91.7%、女子:87.5%	○体育の授業を除く1週間の総運動時間が60分 未満の割合 R6 男子:6.4%、女子:6.7% R7 男子:12.5%、女子:15.6%	体育の授業を除く1週間の総運動時間が60分未満の児 童が増加しており、放課後の過ごし方の多様化や運動時 間の不足などが影響していると考えられる。今後は、生 活の中で無理なく運動に親しめる工夫が必要である。

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	<p><u>柔軟性や持久力を高めるための運動を取り入れた体育学習</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップとして、心拍数を上げるリズム縄跳びやラダー運動、持久走を取り入れる。また、運動後のクールダウンを必ず行うことで、筋肉や腱を緩めるとともに、けが防止につなげる。 <p><u>1人1台端末を活用した体育学習</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・動画から「動きのこつ」の視覚化を図り、子どもの目標を明確にする。また、カメラ機能を活用して自分の動きを客観的に捉え、解決のための手だてを考えるようにする。 <p><u>アスリートに学ぶ体育学習</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・アスリート派遣事業等を活用し、外部講師による出前授業を行うことで、体を動かす楽しさを学ぶ。 	<p><u>委員会活動と連携した運動機会の保障</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・元気チャレなわ委員会の活動として、縄跳び検定を設定することで、体力向上に対して主体的に取り組む姿勢を育む。 <p><u>仲間と共有し合って遊ぶ新しい遊具の設置</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ドッジボールコートやバスケットボールのゴールの常設、ボールの種類を増やす等、子どもが外で楽しく遊ぶような環境を整える。 ・長縄やダブルダッチなど、集団での縄跳び遊びを推奨する。 <p><u>さっぽろっこ「自治的な活動」と関連付けた取組</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・6学年委員会の活動として、「元気で健康な体を保とう」プロジェクトを立ちあげ、全校児童に発信する取組を行う。 	<p><u>「健康」を総合的に捉えた健康教育の推進</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・保健や理科と関連付けた「こころ・からだ・いのちの学習」のカリキュラムを基に、健康を科学的に捉えるようにする。 ・多角的な視点で「健康」を捉えるために、全学年でインターネットの使い方やネットモラルに関する学習を位置付ける。 ・養護教諭や栄養教諭、外部講師を活用することで、健康に関する指導の充実を図る。
------------	---	---	---

家庭・地域との 連携・協働	<ul style="list-style-type: none"> ○学校独自の児童・生徒アンケートや保護者アンケート等の活用 ○全国体力・運動能力、運動習慣等調査や学校独自の調査結果の活用 	<ul style="list-style-type: none"> ○学校評議委員会・学校関係者評価等の活用 ○小中パートナー会議による取組成果の交流
------------------	--	--

