

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：33009

学校名：栄南中学校

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＞	○全国平均を上回った種目 握力、20m シャトルラン ○全国平均とほぼ同程度の種目 上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、50m 走、立ち幅跳び	○全国平均を下回った種目 持久走、ハンドボール投げ	・思考する場面を設けることで自己の課題発見を促すとともに、「適切な運動量の確保」を意識していることの効果が表れている。	
体力・運動能力 ＜女子＞	○全国平均を上回った種目 握力、持久走、20m シャトルラン ○全国平均とほぼ同程度の種目 上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、50m 走	○全国平均を下回った種目 立ち幅跳び、ハンドボール投げ	・主運動につながる準備体操を意識することや、「何のために」や「どこを伸ばしているか」を理解することで、必要感が伴った準備運動とする必要がある。	
運動・スポーツへの意識、運動習慣	・「運動やスポーツへの様々な関わり方について興味や関心がある」と回答した割合 女子 49.4%（全国平均 41.6%）	・体育の授業を除き、1 週間の総運動時間が 60 分未満の「ほとんど運動しない生徒」の割合 男子 19.4% 女子 22.1%（全国男子 7.7% 女子 17.1%）	・ICT を使用した保健体育科の学習が、「できる」や「楽しさ」の実感につながっている。 ・運動をしない生徒の割合は依然として高い。	
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	○運動の楽しさに触れられる「課題探究的な学習」の推進 ・主運動につながる準備体操や補強運動を取り入れるとともに、その日の活動に応じて、主体的に準備運動を選択する取組の実施。 ・chromebook を活用し、自らの動作確認や、よい動作のポイントを伝えあう場を設定し「できる」や「楽しさ」の実感へとつなげる。		○三間（仲間、時間、空間）の創出 ○子どもによる運動機会を創出する取組の立案、実現 ・保体委員会による「昼休み企画」を推進し、体育館やグラウンド開放を利用して、気軽に仲間と運動やスポーツに親しんだり、体力を向上させたりすることのできる場を創出する。 ・スポーツ大会等の学年行事を、生徒たちが主体的に企画することで、運動の楽しさに気付ける場面を増やす。	
			○各教科の内容を関連付けた健康教育の推進 ○食に関する指導の充実 ・保健体育科や家庭科で学ぶ「食生活」において、栄養教諭による授業を行ったり、アドバイスを参考にしたりする機会をつくる。 ・リザーブ給食やお昼の放送、給食日より等を通じて、栄養や食の健康に関する啓発を行う。	
家庭・地域との連携・協働		・地域学校協働活動推進事業を通して、近隣小学校児童と交流できる場面を設け、双方が運動に主体的に親しむ機会の創出を図る。 ・スクールカウンセラーや外部からの講師を招き、発達段階に応じた性に関する正しい知識、健康への自律的態度を育成する。		