

# 令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：21018

学校名：三角山学校

	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 ・20m シャトルラン	○前回の記録よりも下回った種目 ・反復横跳び ・50m走 ・立ち幅跳び ・ソフトボール投げ
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 ・握力 ・長座体前屈 ・20m シャトルラン ・ソフトボール投げ	○前回の記録よりも下回った種目 ・上体起こし ・長座体前屈 ・反復横とび ・50m 走 ・立ち幅とび
運動・スポーツへの意識、 運動習慣	○運動・スポーツの意識 「運動やスポーツをすることは好きですか」 男子：76% 女子：87.5%	○1週間の総運動量 ～420分 男子：50% 女子：62.5% 60～419分 男子：37.5% 女子：37.5% 0分 男子：12.5% 女子：0%

## 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

- 子どもが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運動を設定しながら、運動の特性に浸り、児童自身が目標を立て、達成に向けてじっくり取り組むことができるよう運動量を増やし、「する」時間を確保する。
  - ・仲間と協力し、「見る」「支える」運動を繰り返すことで、できるようになる喜びに触れられるようにする。
  - ・様々な場面で、積極的に1人1台端末を活用し、イメージと具体をつなげながら、よい動きを求めていくことで、より明確に体の動かし方やよりよい動きを「知る」ができるようにする。
  - ・振り返りを通して、自己の伸びを感じられるようにする。

- 運動機会の充実を図る環境整備の推進
  - ・休み時間に子どもが自分から体を動かしたくなるような運動環境の整備を推進する。
  - ・校内の遊びの環境を整え、様々な場所で様々な運動に取り組めるようにする。また、廊下や空き教室を活用し、基礎体力の向上ができるような環境づくりを行う。
- 三間（仲間、時間、空間）の創出により運動機会の充実を図る取組
  - ・体力テストお試し週間や跳び箱・マット運動週間を設定し、休み時間に気軽に運動に親しんだり、器械・器具を使ったりすることができるようにする。
- 子ども自身が運動機会を創出する取組の立案・実現
  - ・児童委員会と連携し、体力向上に向けた取組を子どもたちが生み出し、主体的に考えていけるようにする。
  - ・教師は、積極的に子ども同士をつなぐ役割を果たすことで仲間と運動する楽しさを味わえるようにする。

- 各教科等の内容を関連付けた健康教育の推進
  - ・児童委員会と連携し、子ども自ら健康維持について考え、活動できるようにする。
  - ・「スクリーンタイム」の増加傾向を踏まえ、「目の大切さ」を養護教諭より指導してもらう機会を設ける。
  - ・朝食を食べている児童は多いので、引き続き朝食の大切さを栄養教諭から指導してもらう機会を設ける。
  - ・養護教諭や栄養教諭との連携を通じた実践的・体験的な学習の充実
- 外部講師の活用など家庭・地域との連携・協働
  - ・スクールカウンセラーの講話を企画し、心の健康について考える取組を行う。

#### 家庭・地域との連携・協働

- ・保健や食の指導の際に、ゲストティーチャーを招いて授業を行ってもらう。
- ・アスリート派遣等を積極的に活用し、専門的な立場から、体験的な授業の中で学べる環境を作るようにしていく。
- ・体力テストの結果や健康教育に関する情報を発信し、家庭との共有を図る。

