

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：32002
学校名：新琴似中学校

	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>	○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、 50m走、ハンドボール投げ	○前回の記録より下回った種目 反復横跳び、20mシャトルラン、 立ち幅跳び	○令和7年度の結果は、令和6年度と比べ、 男子・女子ともに前年度と同程度、もしくは 上回った種目が多くなった。
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 握力、50m走、立ち幅跳び、ハンド ボール投げ、20mシャトルラン	○前回の記録より下回った種目 上体起こし、長座体前屈、反復横跳び	○TABATAプロトコルの取組が定着し、 敏捷性の向上に一定の成果が見られるもの の、持久力の向上には結びついていない。
運動・スポーツ への意識、運動 習慣	○「運動をすることが好き」「体育が楽しい」生徒については運動部所属、スポーツの習い事をしている生徒だけでなく、幅広く見られる。	○昼休みの体育館解放（バレーボール、バスケットボール）を積極的に行う生徒の運動、スポーツ好きの傾向は強い。	○全体として男女別では男子の方が運動をすることが好きな傾向が高い。
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	<ul style="list-style-type: none"> ○ウォーミングアップの工夫…TABATAプロトコルの活用 ○「課題探求的な学習」の推進、ICT（1人1台端末等）を活用した学習活動の充実…ホワイトボードや1人1台端末の効果的な活用を通して、生徒自ら課題を発見し、目標をもって取り組めるようにする授業の構築 	<ul style="list-style-type: none"> ○体育的行事の充実…体育大会及び学年ごとに昼休みを使って8の字跳びなど体育常任委員会主催行事『新中チャレンジ!』の開催 ○冬の取組の充実…スキー学習及び雪中運動会の実施 ○部活動の取組…特別外部指導者、部活動指導員の活用 	<ul style="list-style-type: none"> ○食育の推進…フードリサイクル、食育だよりの発行、外部講師を招き、体育系部活動生徒を対象とした栄養講習会の開催 ○基本的生活習慣の確立…情報発信と啓発、保健だより、給食だよりの活用 ○健康管理の推進…感染症対策として、「手洗い、うがい、換気」といった自己管理の徹底
家庭・地域との 連携・協働	<ul style="list-style-type: none"> ・1人1台端末を活用した「運動習慣づくり」を推進し、家庭でもできるトレーニング動画を共有 ・課題である「朝食欠食」の改善に向け、学校から家庭へ「手軽に作れる栄養朝食レシピ」を発信 ・北区食育展「ヘルシーサマーフェスタ」にて、給食での取組を地域住民に周知 		