

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：22018
学校名：篠路西小学校

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣調査、学校アンケート 結果		分析	
体力・運動能力 <男子>	ソフトボール投げ（投力）：平均 21.60m。全国（21.06m）・札幌市（21.52m）を上回っており、T得点も 50.6 と本校唯一の平均超え項目となっている。 投力という「成功体験」がある項目を足掛かりに、この負けず嫌いな気質をシャトルラン等の持久力種目への挑戦心へと転換できる可能性を秘めている。	20m シャトルラン（全身持久力）：平均 33.45 回。全国平均（47.94 回）を大きく下回り、T得点 43.2 と最も低い数値である。 50m 走（疾走能力）：平均 10.20 秒。全国平均（9.46 秒）より大幅に遅く、走力の向上が急務である。 立ち幅とび（跳躍力）：平均 137.36cm。全国平均（150.93cm）を大きく下回っている	
体力・運動能力 <女子>	ソフトボール投げ（投力）：平均 16.53m。全国平均（13.11m）を大きく上回り、T得点 57.2 という極めて高い数値を記録している。 長座体前屈（柔軟性）：平均 41.14cm（全国 38.15cm）。T得点 53.2 と、全国平均を大きく超える強みである。 反復横とび（敏捷性）：平均 39.47 点（全国 38.70 点）。T得点 51.0 と良好である。	50m 走（疾走能力）：平均 10.32 秒（全国 9.77 秒）。T得点 44.4 と、男子同様に走力が課題である。 20m シャトルラン（全身持久力）：平均 28.80 回（全国 36.85 回）。女子の中では最も低い偏差（T得点 45.0）となっている。	
質問紙調査、学校アンケートより	体育では教員加配（TT）により運動時間が確保され、ICT活用で「わかる・できる」実感を持つ児童が多い。5年生の約 9 割が運動を好むなど、高い意欲が維持されている	高学年ほど外遊びが減り、平日のメディア視聴が 1 時間を超える児童が約 8 割に達する実態もある。敏捷性や持久力を高める仕掛け作りと、生活習慣を改善する取組が次年度の焦点となる。	
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	
具体的な取組	事前の準備や教員加配（TT）の活用により、準備時間を短縮し、一人一人が運動のポイントを学びながら十分に活動できる時間を引き続き確保する。 50m 走や立ち幅跳びに加え、重点課題である 20m シャトルラン（持久力）のデータを継続して取得し、過去の自分と比較することで、粘り強く取り組む姿勢と記録の伸びを実感させる。 体力テストの結果や日常の記録の「見える化」を継続し、掲示板やモニターを活用して、児童が自ら目標を立てて体力向上に挑む意識を醸成する。 ICT（動画撮影等）による視覚支援を積極的に行い、自分のフォームの客観的な分析や変容の確認を行うことで、「わかる・できる」実感の伴う授業を展開する。	児童委員会が主体となり、本校の課題である持久力や走力を意識した全校運動イベントを企画・発信する。記録の伸びや友達の頑張りをモニター等で「見える化」し、互いに認め合いながら体力向上に挑む機運を醸成する。 なわ跳び等の敏捷性を高める活動に加え、中休みや昼休みに短距離ダッシュやランニングを楽しみながら取り入れる仕掛けを作り、高学年の外遊び減少の解消と組織的な運動量の確保を並行して進める。 児童が自ら進んで体を動かしたくなるよう、運動用具の貸し出し方法を工夫したり、遊びのルールに運動要素を組み込んだりするなど、主体的に運動に親しめる環境・場を設定する。	③子どもが自らの健康づくりを図る取組の充実 歯科衛生士による「歯の健康」指導や歯磨きカードの取組を継続し、学校と家庭が連携して口腔ケアの習慣化を図る。 本校の課題である持久力の向上に向け、運動・食事・睡眠（休養）の「健康三原則」の重要性を再認識させ、メディア視聴時間と生活リズムを自ら律する力を育む取組を推進する。 グロウタイムやデジタル調査（シャボテン）を活用し、食指導や安全教育に加え、児童の心身の状態把握と、情報モラルやコミュニケーション能力の育成を一体的に進める。
家庭・地域との連携・協働	①について：子どもの伸びについて保護者に伝え、家庭でも肯定的な言葉をかけてもらえるようにする。 ②について、子どもたちが進んで運動に取り組む姿を、「すぐー」などを通して発信し、共有する。 ③「食」の重要性について、給食日よりなどを通して家庭に伝え、子どもが自ら意識できるように働きかけていく。		