



手稲北小だより

手稲北小学校 TEL 681-4182 FAX 681-7359

学校ホームページ [<http://www.teinekita-e.sapporo-c.ed.jp>]

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

これは、毎年本校で作成している子どもの「健やかな体」を育成するための指導プログラムです(学校ホームページにも掲載しています)。このプログラムは、昨年5年生(現6年生)が実施した「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を基に作成します。新年度に入り、体育の学習の様子を見ると本校の子どもたちは運動に対する意欲は高いと感じます。しかし、高学年になるにつれて校内で過ごす時間が増えていくという傾向が例年見られます。運動やスポーツ全般が好き、体育の授業の楽しさを感じている児童は、全国平均並みでした。「体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てている」という項目では、全国をやや上回る結果も見られました。興味・関心が高く、かつ自分自身の運動能力について、今後どうしていけば良いかといった具体的なイメージをもって運動に取り組んでいる現状が見受けられます。今後も、体を動かす楽しさを伝えることを継続しつつ、自分自身の課題を見つけ、解決に見通しを持てるような体育の学習を目指していくことが大切だと考えています。

また、生活習慣についての調査では、「平日、一日2時間以上、テレビやゲーム機、スマートフォンなどの画面を見る子どもの割合」が全国に比べて高い傾向となっており、特に男子にその傾向が顕著に見られました。今の時代、触れずに生活するのは難しいですが、そういったツールとの付き合い方をしっかり考え、学んでいくことも必要になります。下校後の時間の使い方を今一度、ご家庭でも話し合っていただければと思います。自分で考えたり、活動したりする時間を取り入れていくことが必要だと感じています。

今年度も、5年生がこれから「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」を行っていきます。運動に対する意欲を体力や運動能力の向上に繋げていくために、体育や食育などの機会を通して私たち教職員がしっかりと指導していきます。

保護者の皆様にも、健康を意識してご家庭でできることを考えて子どもと一緒に運動したり、遊んだりしていただければと思います。

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号: 27503

学校名: 手稲北小学校

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 反復横跳び 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 握力、上体起こし、長座体前屈、20m シャトルラン、50m 走、	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 反復横跳び 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 握力、上体起こし、長座体前屈、20m シャトルラン、50m 走、	握力(筋力)、長座体前屈(柔軟性)の種目において、全国平均との開きが大きいことが課題と考えられる。今後も外遊びなど体育も含め体を動かす機会を確保するなど継続的な取組を行っていく必要がある。 上体起こし(筋パワー、筋持久力)の種目において、全国平均との開きが大きいことが課題。一方で、立ち幅跳びについては全国平均を多き上回る結果となった。今後も継続的な取組を行っていく必要がある。
運動・スポーツへの意識、運動習慣 ○運動・スポーツが好き、やや好き →男 96.1%女 88.2%(全国:男 93.4%女 85.8%) ○体育の授業は楽しい、やや楽しい →男 96.1%女 97.0%(全国:男 94.6%女 88.1%)	□1日(平日)に2時間以上テレビやゲーム機、スマートフォン等の画面を見ている→男 87.5% 女 50.0% □体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てている→男 88.5% 女 76.5%	運動に対する関心、授業を楽しむ気持ちなど、高い割合を示しており意識の高さが伺える。体力テストの結果に対する関心の高さが、日々の生活習慣の中にも表れていると考えられる。
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 ○体育授業の充実(運動の量と質の確保・準備運動の工夫・めあての設定と振り返りを行う。) ○準備運動で縄跳び運動や柔軟性を高める運動などを取り入れ、日常化を図る。 ○十分な活動ができる教材・教具を準備して、活用の工夫と充実を図る。 ○ICT(1人1台端末)を用いて動画を活用したり、振り返りをしたりして学びの質を高める。	○グラウンドや体育館の環境を整備し運動の日常化を図る。(内容によって区分け安全に配慮したり、マット運動、跳び箱鉄棒習慣を設定したり、充実した運動ができる工夫) ○「パワーアップタイム」を設定し、休み時間に外遊びの奨励をする。 ○担任も子どもたちと一緒に遊ぶ時間を持ち、体を動かす楽しさを共有することを意識する。 ○学校園「むぎわらぼうし」までの往復や植栽活動の中で砂地や畑を歩く活動を通して、日常生活の中から運動機会を創出する。	○基本的な生活習慣の確立のために、健康教育の充実を図る。 ○自分の健康状態について考えたり、命の大切さについて考えたりする学習を充実させることで、健康や安全についての意識を高める。 ○栄養教諭による食指導や日々の給食指導、学校園「むぎわらぼうし」での植栽活動を通じて「食」に関する意識を高める。 ○保健便り等を定期的に発行し、健康教育の啓発を行う。
家庭・地域との連携・協働 ○体育の評価規準・基準に基づく学習状況評価結果の活用 ○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等を活用 ○学校独自の児童アンケートや職員アンケート、そして、保護者アンケート等の活用		