

令和7年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：27506

学校名：富丘学校

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＞	「長座体前屈」は、全国平均を上回っている。「ソフトボール投げ」「握力」「立ち幅跳び」「反復横跳び」は全国平均と概ね同程度である。「50m走」は、全国平均をやや下回っており、「20mシャトルラン」「上体起こし」は、大きく下回っている。	長座体前屈などの静的な能力は良好な一方、上体起こしやシャトルランの数値から、体幹の弱さと全身持久力の不足が課題である。今後は身体をコントロールする動的筋力を高めるため、体育の導入において、体幹を意識した多様な動きをするヒートアップ運動や縄跳び運動を継続的に取り入れ体力向上を図る必要がある。	
体力・運動能力 ＜女子＞	「握力」「長座体前屈」「ソフトボール投げ」は、全国平均を大きく上回っている。「50m走」「立ち幅跳び」「20mシャトルラン」は概ね同程度。「反復横跳び」「上体起こし」は、やや下回っている。	筋力・柔軟性・投力は高水準だが、上体起こし等から体幹の弱さと敏捷性不足が課題である。今後は高い基礎能力を動的な動きに繋ぐため、体育の導入にヒートアップ運動や縄跳びを組み込み、楽しみながら体幹を意識した身体操作性を高める指導を行う。	
運動・スポーツへの意識、運動習慣	「運動が好き」「体育の授業が楽しい」と考えている児童が多く、男女とも全国平均を上回っている。「体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりする学習で『できたり、わかったり』すること」は、2年前は男女とも全国平均を下回っており、昨年度は同程度、今年度は大幅に全国平均を上回った。	運動の楽しさを感じさせることはできている。「協働して行う楽しさや大切さ」について実感を伴いながら味合わせることを引き続き取り組んでいく。また、グループで振り返る時間を意図的に設け、共に成長できるよう支援していく。	
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子どもが自らの健康づくりを図る取組の充実			
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子どもが自らの健康づくりを図る取組の充実
具体的な取組	・ヒートアップ運動の導入 準備運動に「ヒートアップ運動」を取り入れ、心拍数を上げながら敏捷性と全身持久力を高める。 ・縄跳び運動の計画的導入 持久跳びや音楽に合わせたリズム跳び、技の組み合わせなど、楽しみながら継続的に持久力を強化するプログラムを取り込む。 ・「教え合い」と「振り返り」の高度化 タブレット端末で互いの動き（縄跳びのフォームなど）を撮影・確認し合い、課題解決に向けた対話を充実させる。 ・カリキュラム編成 器具や道具を使う単元（跳び箱・マット等）は準備に時間がかかるため、時期を決めて全校で取り組むことで準備や後片付けの時間を短縮して活動時間を増やすことができるようカリキュラム編成を行う。	・休み時間を生かした継続的な運動 「持久力アップ大作戦」「縄跳び月間」や「体力アップ週間」を設け、全校・学年単位で取り組む。鬼ごっこやリズムトレーニング等を活用し、楽しみながら運動への意欲を高める。 ・自然と体を動かせる環境づくり 体育館や、グラウンドにラインを引き、自然とステップ運動（反復横跳びの動きなど）を楽しめる工夫をする。マット、跳び箱を常設し、運動に親しむ時間を保障する。 ・児童会（体育委員会等）の活用 体育委員会が主体となり、異学年交流を交えた楽しい運動イベントを企画・運営する。 ・記録の「見える化」による意欲向上 スポーツテストの学年記録や全国平均を常に掲示し、児童の目標達成への意欲を引き出す。	・基本的生活習慣の定着と家庭への啓発 家庭と連携し、望ましい生活リズム（食事・睡眠時間）の定着を図る。 ・情報モラル教育とトラブルの未然防止 スマホやネット環境などの実態調査を行い、児童現状を把握する。また、非行防止教室の実施等を通じて、SNS 関連の問題を未然に防ぐ。 ・食育及び性に関する指導の充実・改善 食に関する指導をさらに充実させ、健康な体づくりの基盤を育む。また、性に関する指導のカリキュラムや指導法を継続的に検証し、改善を図る。 ・ICT 等を活用した主体的な健康管理 「シャポテンログ」等を活用し、児童が自らの健康状態を把握・管理できるよう指導する。
家庭・地域との連携・協働	□全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果や本校独自の「心とからだと学びのアンケート」の回答を家庭へ伝える □学校での体力向上の取組を HP に掲載		

