

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：22026
学校名：屯田西小学校

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＞	○全国平均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 ○全国平均より下回った種目 握力、上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン、50m走	・握力、跳躍力、持久力などについては、学習だけでなく、遊びでも培われていると考えられる。柔軟性を伸ばすことが課題である。	
体力・運動能力 ＜女子＞	○全国平均と同程度もしくは上回った種目 握力、反復横跳び、立ち幅跳び ○全国平均より下回った種目 上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン、50m走、ソフトボール投げ	・握力、跳躍力は上回っているが、体力、運動能力全般の底上げが課題である。	
運動・スポーツへの意識、運動習慣	「運動やスポーツをすることが好き」と回答する子どもの割合 【全国】男子 72.7%、女子 54.1% 【自校】男子 77.0%、女子 62.7% 「体育の授業以外、1週間の総運動時間が60分未満」の子ども割合 【全国】男子 9.8%、女子 17.3% 【自校】男子 8.5%、女子 9.8%	・全国平均と比較すると、運動が好きな児童、運動をしている時間は上回っている。授業改善や運動に親しむことができるような機会を、意図的に増やしていく。	
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	【視点】 ○体育学習の充実 ○ICTの活用 ○自ら考える体育の授業の充実 【取組】 ○体育では、体ほぐしを兼ねてなわ跳びを継続して取り組み、体の運動性や柔軟性、持久力を高める。 ○体育学習の場や指導体制を工夫し、どの子どもも運動の楽しさに触れられるようにする。 ○自分の動きや思いを記録したり、動画や資料を視聴したりする。自分の課題を次時につなげたり、保健体育の知識を深めたりする姿を目指す。	【視点】 ○子どもが意欲的に体を動かすための場や用具の設定。 ○クラブ活動は4～6年生が一緒に活動する。 【取組】 ○休み時間は、グラウンドをサッカー、ボール遊び、縄跳びのエリアに分ける。ボール遊びエリアには、ドッジボールコートを複数設置する。竹馬や一輪車などの道具も整理し、学年の割り当てを決めることで、子どもたちが安全に好きな遊びができるようにする。 ○クラブ活動は、4～6年生が同時に活動することで活動時間を増やしたり、大人数で試合を楽しんだりできるようにする。	【視点】 ○けがや熱中症対策について知識を深める。 ○栄養と成長、健康の関係について考える。 ○外部講師による健康的な生活についての指導 【取組】 ○季節に合わせ、養護教諭からのプリントをもとに保護者、児童にけがの防止や手当の仕方、熱中症の予防策などについて指導していく。 ○栄養士からの資料をもとに、食材に含まれる栄養素がどのようにはたらくのか考えながら給食をとることができるように指導する。
家庭・地域との連携・協働	○ゲストティーチャーを招き、専門的な立場から指導を依頼する。 ○学校医を招くなどして、歯の健康に関する指導の充実を図る。		

