

令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：37503

学校名：稲陵中学校

	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>	○全国の記録と同程度もしくは上回った種目 握力、立ち幅跳び	○全国の記録より下回る種目 反復横跳び、20m シャトルラン、長座体前屈 50m 走、上体起こし、ハンドボール投げ	・男女ともに、前年度から向上しているが、コロナ前の水準に至っていない。体育授業の中でも、記録測定の前に補助運動の機会を多く取り入れたが結果につながっていない。
体力・運動能力 <女子>	○全国の記録と同程度もしくは上回った種目 なし	○全国の記録より下回る種目 上体起こし、反復横跳び、20m シャトルラン 握力、50m 走、立ち幅跳び、ハンドボール投げ	・体育や部活動、校外のクラブチームに所属していない生徒は、運動をする機会が減少している。特に体育授業以外の運動が0分の生徒が増加した。
運動・スポーツへの意識、 運動習慣	・「運動やスポーツが好き」と回答する子どもの割合 R6 男子 94.8% 女子 79.3% R7 男子 88.4% 女子 65.8%	・体育の授業を除く1週間の総運動時間が60分未満の「ほとんど運動しない子ども」の割合 R6 男子 7.8% 女子 25.7% R7 男子 17.7% 女子 40.9%	・「運動が好き」と感じている生徒ほど運動時数が高い傾向にある。「ほとんど運動しない子ども」の割合は男女とも減少した。

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

授業での継続的な取組

- ・体育授業でのランニングの時間の確保や種目に応じて補強運動を実施する。
- ・持久力を高めるためのトレーニングを継続する。

ICTを活用した学習活動の充実

- ・デジタル教材の試技をもとにICTの動画撮影機能を効果的に使用し、自らの課題を見つけ、改善していく自発的な授業を展開する。

運動の機会の充実を図る環境整備の推進

- ・昼休みに体育館やグラウンドを開放し、運動の機会を創出する。
- ・夏季の体育大会を通して、運動に親しむきっかけを創出する。
- ・冬季の体育的行事として冬季レクを実施し、運動量が少なくなる時期に運動機会の増進を促す。
- ・簡単な筋トレを記録するカレンダーなどを作成し、日常的に運動の機会を意識付ける。

- ・各教科等の内容を関連付けた健康教育を推進する。
- ・「保健だより」、「給食だより」、「スクールカウンセラーだより」など各種おたよりを活用し、指導の充実を図る。
- ・健康教育や食に関する指導の充実を図り、健康に関する興味関心を高める。

家庭・地域との連携・協働

- ・生徒、保護者への学校評価アンケートの活用
- ・全国体力、運動能力、運動習慣等調査や新体力テストの調査結果等を活用
- ・手稲山口小学校や科学大学高校との連携の模索