

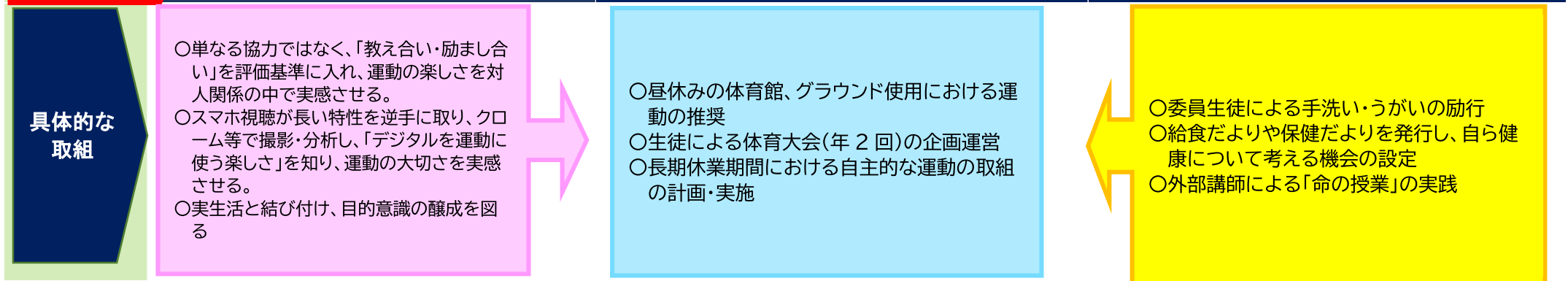
# 令和8年度「健やかな体」育成プログラム

学校番号：31008

学校名：山鼻中学校

	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>	○札幌市の平均より下回った種目 握力、上体起こし、反復横跳び、20m シャトルラン、 ハンドボール投げ、長座体前屈	○札幌市の平均と同程度もしくは上回った種目 50m走、立ち幅跳び	札幌市の平均より下回った種目が多かった。運動が好きより、興味関心がある生徒が多かった。また、運動をする時間がない生徒が多く、自主的に運動をする生徒が少ないことが要因にあると考える。
体力・運動能力 <女子>	○札幌市の平均より下回った種目 上体起こし、長座体前屈、反復横跳び	○札幌市の平均と同程度もしくは上回った種目 握力、50m走、立ち幅跳び、ハンドボール投げ、20mシャトルラン	授業で友達と交流することが楽しいと回答する生徒が多く、卒業後も自主的に運動したいと思うと回答する生徒も多いが、実際に自主的に運動をする生徒が少ないことが要因と考える。
運動・スポーツへの意識、 運動習慣	○札幌市の割合を上回った項目(女子) 「運動やスポーツをする・見る・支えることへの様々な関わり方に興味関心がある、ややある」 「保健体育の授業は楽しい」 「進んで学習に参加している」 ○札幌市の割合を上回った項目(男子) 「保健体育の授業は楽しい、やや楽しい」 「進んで学習に参加している」 ○その他項目で札幌市の平均より多かった割合(男女) 「テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの平日の視聴時間が5時間以上」 「1日の睡眠時間が9時間以上10時間未満」	○体育が楽しいと感じる理由について割合が高かった項目(男女) 「体を動かしてスッキリした気分になったとき」 「いろんな種目を体験したとき」 「できなかったことができるようになったとき」 「友達と交流したり、協力できたとき」 ○割合が低かった項目(男女) 「なしに等しい。ほぼ同等かやや思うで上回っている」	令和7年度は、部活動やスポーツクラブに所属している生徒の割合が比較的多かったが、休日の運動量が平均を下回っていた。原因として、スマートフォンなどの平日の視聴時間が5時間以上になる生徒の割合や一日の睡眠時間が9時間以上の生徒の割合が多いため、休日は運動よりも、スマートフォン等を使い、夜更かしで睡眠に時間を費やしている可能性が高いと考える。 運動をする、見る、支えることに興味関心のある生徒は多いが、運動そのものに魅力を感じているのではなく、運動はあくまで体育の授業でおこなうものと捉えている可能性がある。今後は運動そのものの大切さや楽しさを実感できるような指導や実生活にも繋げられる指導が必要である。

<b>三つの取組</b>	<b>①体育・保健体育等の授業の充実</b>	<b>②授業以外で子どもの運動機会を創出する取組</b>	<b>③子どもが自らの健康づくりを図る取組の充実</b>
--------------	------------------------	------------------------------	------------------------------



家庭・地域との連携・協働 ○生徒や保護者対象の学校評価アンケート、栄養士会による食育アンケートなどの結果を活用し、育成プログラムに反映