子供たちの豊かなスポーツライフの実現を目指して

教職員向け

「東京都統一体力テストデジタルシステム」活用通信　Vol.4

調査結果を活用した取組を考えたいけど、どんなことができるかな？他校の取組が知りたいな。



① 児童・生徒が楽しみながら行う体力向上

課題：運動習慣の二極化

目的：学校全体で運動に親しむ雰囲気づくり

取組：運動委員会が結果を分析し、休み時間に動画を活用した体力向上イベントを企画・運営



▲ 動画ライブラリの一例

活用：結果データ＋動画ライブラリ（マニュアルP83-85・88-92）

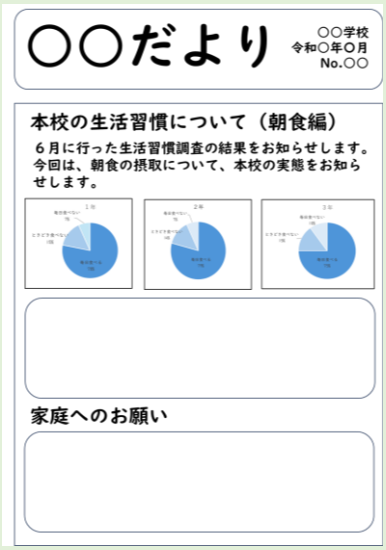
② 生活習慣改善の促進

課題：朝食を取らず体調を崩す児童・生徒が多い

目的：毎日朝食を食べる児童・生徒の割合を増やす

取組：生活習慣調査の結果を分析し、学校だより等で家庭に配布し、協力を依頼

活用：結果データ（マニュアルP83-85）


○○だより
○○学校
令和○年○月
No.○○

本校の生活習慣について（朝食編）

6月に行った生活習慣調査の結果をお知らせします。今回は、朝食の摂取について、本校の実態をお知らせします。

家庭へのお願い

▲ 保護者向け資料（例）

Tokyo体育健康教育ポータル

click

<令和８年10月　東京都教育庁指導部指導企画課体育健康教育担当>