

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 武生東小学校

スポーツ大好きっ子倍増計画！！
～体力向上とスポーツに親しむ児童の増加をめざして～

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・全学年週3回ずつ「東っ子スポーツタイム」を設定し、2回は持久力を高める運動を中心に行う。1回は、はぴりゅうスポーツ広場等を活用しいろいろな体力を高められるようにしていく。はぴりゅうスポーツ広場の集計機能を活用し、意欲の向上と競争心を高めていく。
 - ・児童が楽しみながら運動し、体力強化できるよう、様々な遊びができる環境を整える。（縦割り班ごとに遊ぶ機会の確保や委員会主体の企画、固定遊具・器械器具等の使用推奨等）
 - ・体育授業時の補強運動として「走る・投げる・跳ぶ」の活動を取り入れた運動を積極的に取り入れることで走力、投力、瞬発力の向上を図る。また、整理的運動として、柔軟性を高める運動を取り入れていく。
- これらの結果、来年度の体力テスト結果において、県平均以上が50パーセントを超えるようにしていきたい。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・体育的行事（体育大会、体力テスト、マラソン記録会、なわとび記録会など）を通して、運動への意欲・意識を高めるとともに、自分なりのめあてを持ち、達成感や充実感を味わわせる。
- ・「スポーツ大好きっ子教室」を期間を設けて実施する。体を動かす喜びを味わう機会を設けることにより、運動嫌いな児童が減少し、スポーツ大好きっ子の増加を目指す。（今年度は器械運動を予定）

<その他>

- ・「運動をする」という面だけでなく「見る」「支える」「知る」という視点を加えて体育の授業に取り組んでいく。「見る」では、友達の動きを見たり、動画を見たりして動きを学ぶ。「支える」では、運動の補助をしたり、ゲームの審判をしたりと、友達やチームを支える。「知る」では、その運動における動き方を理解する。
- ・健康・生命尊重や食育の分野では、養護教諭や栄養教諭と協力して指導を行う。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市武生西小学校

西っ子 パワーアップ作戦！！
～基本的な生活習慣から取り組む体力づくり～

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・「のびのび運動(業間体育)」を実施し、自分で目標を立て、体力の向上・体力づくりに取り組む。週に1回グラウンドでのランニング、体育館での時間跳び(縄跳び)を行い、体力向上を目指す。グラウンドでのランニングでは、児童が自らの目標に向かって取り組むことができるよう意欲向上のために「のびのびカード」を配付し、周回数を記録していく。高学年には、タブレットでデータ配信することで、いつでも自分の記録を確認できるようにする。
- ・春季時間走記録会、秋季時間走記録会を開催する。持久力の高める運動に粘り強く取り組む。時間走記録会での記録を伸ばすことを目標に体育、のびのび運動等で練習に取り組んでいく。春季と秋季に2回記録会を行うことで、自分の記録をどれだけ伸ばすことができるのかを目標に取り組むことができるようにする。
- ・冬に行う縄跳び大会では、各学年の実態に合わせて縄跳び大会種目を設定し、大会に向けて年間を通じて練習に取り組む。記録表を活用して自分の成長がわかるように意欲づけを図る。また、ペア学年同時実施することで、高学年が下級生にアドバイスする等、異学年での学び合いも図る。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・ペアやグループでの活動を増やし、めあての達成に向けて協力して活動をする。また、タブレットでお互いの動きについてアドバイスしたり、教師より器械運動のお手本動画を配信したりするなど、子どもたちが主体性をもって活動できるように支援していく。
- ・体育委員会では、年に4回程度、業間休みに「逃走中」「ドッジボール」などの委員会企画を開催する。アイデアをふくらませて運動が苦手な児童にも楽しいと思ってもらえるような活動にしていく。
- ・家庭での運動をはぴりゅうスポーツ広場で記録するよう促し、家庭との連携を図る。

<その他>

- ・学校で実施した生活アンケートの結果から、学年が上がるごとに寝る時間が遅くなっていること、どの学年も平日よりも休日の寝る時間が遅くなっていることが課題としてあげられる。そのため、「睡眠・朝食調査」を実施し、自分の生活について振り返り、時間を意識して生活することで基本的な生活習慣の定着と自己管理能力の向上を図っていく。
- ・本校児童の視力低下の改善のために、毎週火曜日の朝に、全校で目の体操を実施する。
- ・毎月0がつく日を「残食0の日」とし、給食の時間に残食0の歌を流し、食育に取り組んでいく。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市武生南小学校

みなみっこパワーアップ大作戦

わかる・できる体育を目指して、楽しみながら自ら運動に親しむ児童の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

- 基礎体力の定着 → 単元での本運動を意識した柔軟、補強運動を取り入れる。
 - ・全校で統一したメニューの準備運動（ダッシュやコンディショニング走）を行う。
 - ・跳躍系の強化運動を中心に行い、体力テストの課題である立ち幅跳びの数値を高める。
- めあて学習の充実 → 運動の楽しさ、できた喜びを味わわせる。
 - ・授業の最初にその時間の流れやめあてを明示し、目的意識を持たせる。活動後には振り返りを行い、自己の課題を把握させ、どのように解決すると良いのか練習方法などを考えさせる。
- ICTの活用
 - ・ICTを活用し、技のポイントや自分の動きを確認しながら、主体的に活動できるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

- 学校全体の運動意欲の向上 → 体育委員会による企画イベントの場を設定する。
 - ・体育委員会を中心に、児童の特技を撮影し、その動画を給食の時間等に放映し、児童それぞれの良さを発揮できる場を設定する。
- 業間活動の実施 → 業間活動を週1回、活動の場を工夫して実施する。
 - ・時間走（5分）、なわとび（1分×3回）、ラジオ体操を実施する。なわとびは、学校共通の検定を用いて、児童が主体的に取り組めるようにする。
- はぴりゅうスポーツ広場の実施 → 家庭と連携して、継続的に実施する。
 - ・楽しく運動に親しめるように、はぴりゅうスポーツ広場の種目を業間活動に取り組んだり、家庭にも呼びかけたりしながら、学校全体で取り組んでいく。

<その他>

- 体育大会やマラソン大会などの体育的行事を保護者や地域にも周知し、当日はたくさんの応援の中で児童ががんばる姿を見てもらえる環境を設ける工夫をする。
- 器械運動やダンスなどの外部講師を積極的に活用していく。
- 保健の授業を行う際には、児童の発達段階や指導時期を考慮して、養護教諭と連携のもと自己健康管理ができるようにする。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市神山小学校

自分で立てた目標に応じて、心身の健康を目指そう

<本校の体力向上の取組みについて>

毎週水曜日に全校体育として「らんらんタイム」という時間を設け、自分のペースで約7分間の持久走を行う。自分で目標を設定し、自分のペースで走り続けるということ大切にしてい取り組む。今年度から導入された「はぴりゅうスポーツ広場」を活用し、目標値や記録を入力し、意欲を持って取り組めるようにする。雨天時や気温が高い日には縦割り班でラジオ体操や運動遊びを行い、異学年交流の中で互いに思いやる気持ちや高学年のリーダー性を養う。

冬季には、全校での短縄タイムや大縄タイムを設け、通年を通して体力を向上できるような活動を継続的に行う。

<児童の運動習慣の育成について>

各学級に外遊び用のボールと長縄を配付し、大休みや昼休みの体育館や屋外での遊びをより一層奨励し、全校児童の運動量の増加と体力向上を目指す。大休みや昼休みの体育館の使用を低・中・高学年に分けて割り当てし、運動遊びを推奨する。委員会で「ドッジボール大会」や「おにごっこ大会」を企画し、大人数で体を動かす活動に取り組み体を動かす楽しさを味わう。

体育以外の授業でも「はぴりゅうスポーツ広場」で紹介されている簡単な動きを取り入れ、心身の健康を目指す。

<その他>

毎週水曜のメディアコントロールデーや、目・歯の健康に関する取組について、おたよりやチェックカード等で保護者に発信し、家庭との連携を図る。

家庭でのタブレット活用ルールを配付し、家庭にも注意喚起を行う。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市吉野小学校

運動に楽しんで取り組み、健やかな児童の育成を目指す

<本校の体力向上の取組みについて>

○体育の授業において

- ・準備運動をリズムに合わせて楽しみながら取り組んだり、グーパー体操や伸身系の運動などの補強運動を取り入れたりすることで、基礎体力向上に努める。
- ・様々な領域でICTを活用し、模範演技の動画や資料を示したり、自分の動きを撮影し確認したりして、児童の知識及び技能を身に付けられるようにする。また、ふりかえり活動にICTを活用し、自己の運動をふりかえることで児童自ら次の課題を設定できるようにし、主体的に取り組めるようにする。

○特別活動

- ・クラブ活動での運動クラブを複数設け、児童が運動できる機会を増やす。
- ・「休み時間の遊び方」を掲示し、曜日ごとに学年と遊べる場所を指定し運動できる場所を確保する。
- ・運動の重点期間を設け、その時期の週1回程度、業間にランニングや短縄跳びの活動を行い、児童の体力向上を図る。

<児童の運動習慣の育成について>

○体育の授業

- ・体づくり運動を通して、楽しんでグループやペアで話しあう時間を取り、互いに協働し合いながら学び合うようにし、運動が苦手な児童でも体を動かすことが楽しめるようにする。

○特別活動

- ・休み時間の運動遊びや業間運動に、はびりゅうスポーツ広場を活用し児童の運動への意識向上を図る。

<その他>

○保健領域の充実

- ・「成長の記録」や「早寝早起き朝ごはんチェック」等を活用して、自分の体や生活習慣（タブレット等のスクリーンを見ている時間を含め）について振り返り、養護教諭栄養教諭の協力を得ながら保健領域の充実を図る。

○外部人材の活用

- ・市の体育推進事業など活用し、地域の人やトップアスリートを招き児童の運動意欲向上につなげる。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 大虫小学校

大虫っ子パワーアップ大作戦 ～楽しい運動で、心と体を育てよう～

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・昨年度の体力テストで、50m走や反復横跳びといった俊敏性の項目の数値が低いことがわかった。この結果から、準備運動前の周回走・時間走や体幹トレーニングを毎授業取り入れ（高学年）、走力の向上をねらう。
- ・体育の準備運動では、主運動につながるような運動遊び（コーディネーショントレーニング）を行い、楽しみながら基礎体力の向上をねらう。
- ・体育館に鉄棒を常設し、少しの時間でも鉄棒に取り組める環境づくりを行い、握力の向上をねらう。
- ・体育的行事（長距離走記録会、なわとび大会など）に向けて目標設定した上で、数週間前の業間・昼休みの時間を活用し、進んで運動に取り組みせることで、体力向上をねらう。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・委員会で、「校内ドッジボール大会」や「校内忍者リレー」といったイベントを企画することで、楽しみながら運動に親しむ児童を増やす。
- ・体育的活動において、優秀な結果を出した児童を表彰したり、記録を掲示したりすることで「進んで運動したい。」と感じる児童を増やす。
- ・ICT機器を活用し、画像や動画から自身の動きを見せることで正しい動きを身につけ、「できる」「わかる」と実感できる児童を増やす。

<その他>

- ・月に一回程度、体育の伝達講習会を開催し、授業のポイントや授業を行う上での悩みを相談できるような時間を作ることで、全学年の体育の授業向上をねらう。
- ・体育行事や体育的活動などを、校内掲示やHPを使って家庭・地域に発信していく。
- ・PTAと協力して地区対抗のキックベースや卓球の大会を行い、長期休業中にも運動に親しむ機会を設ける。
- ・養護教諭と協力し、感染症対策、生活習慣、目と歯の健康、生命尊重など、保健の指導を行う。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市国高小学校

体育の授業や行事を通して、体を動かすことが好きな国高っ子を増やそう。

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・授業開始時に具体的な「めあて」を示すことにより、児童に身につけてほしい力や目指す姿を明確にするとともに、運動量を意識するだけでなく、作戦を考えたり、友達同士で相談したり、自分なりの目標をたてるなどする。
- ・今年度は各教科でふり返りに力を入れることになっているので、体育の授業でもふり返る場面を取り入れる。児童がふり返る視点をもてるような授業の組み立てをする。
- ・どの学年も全国平均を上回っている種目が多いが、若干走力に課題がある学年がみられるため、委員会で走力を使う内容のイベントを年に数回開催する。
- ・はぴりゅうスポーツ広場への習慣を児童に付けてもらうために、授業だけでなく休み時間・週末の宿題・おうちの人と一緒にやるなどの課題を出す。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・休み時間には教員が日頃から児童と一緒に遊び、運動を促すように働きかける。
- ・秋の体育大会が昨年度から室内開催となった。種目の内容を運動的なものと、そうでない種目にするすることで運動嫌いにならないような手立てを取る。
- ・行事の際は簡単なダンスの活動を取り入れ、可能な場合は保護者参観とする。
- ・業間活動は、秋のチャレンジランニング前に実施する。また、教員が日頃からなるべく児童と一緒に遊ぶことを心がける。

<その他>

- ・学校公開の授業で体育の授業を参観する際は、親子で活動できるような場を設ける。
- ・児童数が多い学校のため、遊ぶ道具などを増やすことで、どの児童もなるべく体を動かす機会に触れられるよう、環境を整える。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市坂口小学校

楽しみながら取り組み体力向上

<本校の体力向上の取組みについて>

【体育の授業】

- ・目標を持って一人一人が、運動に積極的に取り組んでいけるよう、「めあて」と「振り返り」の時間を確保する。また、タブレットを活用し課題発見・解決できるように手立てをとる。
- ・準備運動では、心と身体をほぐすため、柔軟性を高めるストレッチ運動、調整力を高める動きをリズムに乗って行う。また、瞬発力を高めるダッシュやジャンプを補強運動として取り入れる。

【学校行事】

- ・校内体育大会では、楽しく競い合いながら体力向上、運動意欲の向上につながるよう取り組んでいく。
- ・自分に合った距離を選択できるマラソン大会を実施し、自己決定による運動の楽しさを感じられるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・業間運動では、毎週火曜日に、校舎の裏山やグラウンドでのランニングを行う。雨天時には、個人での短なわやグループでの8の字とびを行う。
- ・業間運動と、はぴりゅうスポーツ広場を連携することで、児童の意欲の向上、継続に努める。
- ・冬季には鉄棒を体育館に常設し、器械運動に親しむ環境を整えるとともに、業間や昼休みに利用を推奨する。

<その他>

- ・家庭と連携して、家庭でも「はぴりゅうスポーツ広場」を活用し、運動時間を確保していくように努める。
- ・学校公開などで外部人材を活用し、食生活・睡眠・タブレットの正しい使い方などについて周知し、健康教育を推進する。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市王子保小学校

運動を通してたくましい心と体を育てる

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・授業内容に応じたウォーミングアップを取り入れ、基本的な動きの向上を図る。
- ・ICTを用いて客観的に自分の動きを把握しながら運動する。
例：球技におけるオフ・ザ・ボールの動きの確認、器械運動の技の撮影など
- ・昨年度の体力テストの結果、本校の児童は「握力」「反復横跳び」が全国平均よりも苦手な傾向があることが分かった。ハンドグリッパーにチャレンジする委員会企画を実施したり、ICTを用いて瞬時に表示された方向にアクションを起こすウォーミングアップを導入したりして二項目の力を伸ばしていく。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・体育的行事を充実させ、それに伴って業間体育を実施する。
 - 体育的行事
 - ・校内体育大会（5月）
 - ・縦割り班ドッジボール大会（12月）
 - ・校内マラソン大会（11月）
 - ・縦割り班八の字跳び大会（5、11、2月）

○業間体育

活動期間	活動内容	活動場所
①4月30日～5月17日	縦割り班8の字跳び練習	グラウンド
②9月24日～	縦割り班8の字跳び練習	グラウンド
③10月28日～	マラソン大会練習	グラウンド
④11月11日～	縦割り班8の字跳び練習	体育館
⑤12月5日～	縦割り班ドッジボール練習	体育館
⑥2月17日～	縦割り班8の字跳び練習	体育館

<その他（家庭や地域、外部の団体や指導者等との連携策）>

- ・家庭での運動を促すため、なわとびカードなどを配付する。
- ・はぴりゅうスポーツ広場を活用し、スポーツに気軽に親しむ。
- ・保健の学習では、単元に応じて養護教諭や薬剤師の協力を得ることで、内容の充実を図る。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 北日野小学校

いろいろな運動を通じて「できる」経験を通して、 楽しみながら運動に親しむ心を育む

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・体力テストの結果からみると50m走の結果に課題が見られた。50m走に関する体力要素に俊敏性、力強さ、スピードがある。短期的に体力を高めることは難しいため、R7年度の体力テストでは50m走の記録が向上するようめざしていきたい。そのためには、まず、準備運動の際に瞬発力を高めるメニューを取り入れる。例えば、様々なジャンプ動作、ラダートレーニング、補強運動の充実を図る。また、授業としては、体づくり運動の充実に取り組むと考えている。
- ・一人一人がめあてをもって、意欲的に活動できるように学習カードを工夫し、活用する。
- ・タブレット端末の中に、手本の動画やポイントとなる画像を入れておく。器械運動の苦手な子を少なくするために、準備運動に逆立ち系、バランス系、柔軟系の動きを取り入れる。各学年で取り組む技を明確に示し、低学年から系統的な指導が行えるようにする。
- ・児童がタブレット端末を活用しながら、友達にアドバイスをしたり、振り返りをしたりするなど言語活動の充実につなげる。
- ・業間運動として、火曜日と木曜日の晴天時には4分間走、雨天時には全校ダンスを実施する。持久走では、児童の持久力を身に付けさせ、全校ダンスでは持久力、筋力、柔軟性の能力を高めることができ、運動する楽しさを感じることができる。
- ・冬季には業間運動で大縄跳び、短縄跳びを実施する。大縄跳びは、縦割り班活動で行い、子ども同士アドバイスをしながら、楽しく活動している。短縄跳びに関しては、短縄跳びシートを用いて自己の目標実現を目指して継続して活動している。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・授業の中で勝ち負けにこだわらず、自分の成長の喜びに気付くきっかけをつくる。
- ・授業の中でスモールステップを取り入れる。
- ・児童会が中心となり、運動に親しむスポーツ大会（大縄跳び大会など）を計画する。

<その他>

- ・領域ごとに授業の行い方や技のポイントなどを記した校内データをネットワークの中で共有しておき、体育が専門でない教員が授業を行う際の参考にしてもらう。
- ・保健領域についても、タブレット端末を活用し、動画や画像を効果的に見せ、授業の工夫・改善に役立てる。
- ・養護教諭や栄養職員と連携し、健康な体づくりについて学習する機会を設ける。
- ・ビジョントレーニングを取り入れ、目の運動も取り入れる。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市北新庄小学校

自分の体や健康への関心を高め、目標をもって主体的に体力の向上を目指す。

<本校の体力向上の取り組みについて>

- 学年に応じた学習カード・がんばりカードを用いて、児童自ら目標をもって意欲的に体育の授業に取り組むことができるよう支援する。
- 児童が主体的に体力の向上を目指す工夫として、授業の初めに目標を立てさせ、それを達成する手立てを自分で考えたり、グループで話し合ったりする活動を積極的に取り入れる。
- 体育の準備運動において、体力テストの課題である「握力」と「反復横跳び」の記録が向上できるような運動を取り入れる。具体的には、握力がつくような「グーパー体操」や「手押し車」、「肋木のぶらさがり」などの筋力トレーニングや、反復横跳びの記録向上に向けて「リズム遊び」や「ラダー」などの取り組みを、授業の初めに学年に応じて取り入れる。
- 積極的にICT機器を授業で活用し、現職教育等で授業実践を共有する。
- 昨年度の体力テストの結果をもとに、児童に課題意識をもたせながら、記録向上できるように授業を工夫する。
- 年間を通して週1回、業間にラジオ体操や縄跳び・マラソンを行い、冬期には、体育館に鉄棒を設置し、教員と体育委員会の指導のもと、逆上がり等の教室を実施して、基礎的な体力を向上させる。
- 体育的行事（体育大会・マラソン大会・なわとび大会等）を、学習の成果を発揮する場として位置付け、計画的に指導を行う。

<児童の運動習慣の育成について>

- 体育委員会が主体となって、ポスター作りやキャンペーンなどの活動を行うことで、全校児童に積極的な外遊びを促す。
- 体育の時間や業間体育で「はぴりゅうスポーツ広場」を活用し、児童の運動への意欲を高める。

<その他>

- 体育祭の準備運動にラジオ体操を取り入れ、指導を行う。
- 長期休業中には、地域へのラジオ体操への積極的な参加を促したり、なわとびの課題を出したりすることで、家庭でも体力づくりに努めさせる。
- 家庭でも積極的に「はぴりゅうスポーツ広場」を活用し、児童の運動に取り組む意欲が高まるように協力を呼びかける。
- 5・6学年の保健の学習では、救命救急講習会を催したり、授業で手当ての実技を取り扱ったりすることで、実際の場面でも救命活動のできる児童を育成する。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市味真野小学校

目標を持って進んで運動に取り組む児童の育成

<本校の体力向上の取り組みについて>

- 学習カード(器械運動など)を用いることで、自分のめあてを持たせ、意欲的に各活動に取り組ませる。
- 体育に関する掲示を作成し、様々な情報(体力テストの全国平均値や技のコツなど)を提供する。
- 鉄棒を設置し、鉄棒に取り組みやすい環境づくりを行う。
- 児童自身が課題を見つけやすいように、ICT機器を積極的に活用する。
- 準備体操に「変形ダッシュ」を取り入れたり、固定遊具を積極的に活用したりすることで、瞬発力や握力、投力の向上を目指す。
- MPを取り入れ、基本的な体の柔軟性の向上を図る。
- 持久力をつけるため、授業開始時に各学年に応じた距離や時間を走る。
- 授業ではできるだけ多く運動量を確保し、児童が満足できる授業展開を心がける。

<児童の運動習慣の育成について>

- 3学期に器械運動練習会を設け、中高学年の児童を中心に組みませ、体力の向上を図る。その際に、苦手としている児童の参加も募り、運動に少しでも親しんでもらえるようにする。
- 業間に週2回の全校マラソンを実施する。雨天時は「なわとびタイム」を実施する。それぞれカードを配布し、マラソンカードでは1周時のタイムをもとに6分間に何周走れるか目標を設定し、意欲的に取り組むことができるようにする。また、なわとびカードでは、縄跳び大会での入賞記録を提示し、入賞に向けて練習できるようにする。また、既定の目標の達成者を体育館や廊下に掲示したり賞状を配布したりすることで意欲を持たせる。
- 体育委員会で外遊びや竹馬・一輪車教室などを学期に数回企画し、運動の苦手な児童でも運動に親しむ機会を設ける。また、休み時間の外遊びを奨励するとともに、教員が順番に看護当番を行うことで安全に遊べるよう配慮する。

<その他>

- 校内体育大会前や夏休み前など、定期的にラジオ体操を準備運動に取り入れる。
- スマイリーカードを毎学期利用し、生活リズムの定着や目の健康教育を推進していく。
- 養護教諭と連携し、体重測定の際に健康・生命尊重などの指導を行う。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市白山小学校

児童が、運動の楽しさを実感し、自己の体力向上を目指すことができるように
～生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現のために～

<本校の体力向上の取組みについて>

昨年度の体力テスト（4～6年生実施）の結果を見ると、本校児童は男女ともに、ほとんどの種目において全国平均値を上回る結果となっている。一方、「長座体前屈」「50m走」等で課題が見られた。そこで、この結果と児童の実態を踏まえて、全種目、全国平均を上回ることができるように、以下のような取組みを行っていく。

◎柔軟性を高める取組み

- ・体育の授業の準備運動で、年間を通して、継続的に個人やペア・グループでの体ほぐしを行う。

◎持久力を高める取組み

- ・5月～10月の火曜日と木曜日の業間に5分間走を行う。3年生以上は、「はぴりゅうスポーツ広場プロジェクト」（マイペースコース・マラソン）を活用し、5分間走の記録をタブレットに記録していく。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・運動の苦手な児童も運動を楽しむことができるように、運動の苦手な児童への配慮を意識した体育の授業作りに努める。
- ・個別に目標設定を行ったり、レベルに応じた場の設定を行ったりすることで、自己の課題と向き合うことができるように体育の授業を計画する。
- ・週末の家庭学習に、「はぴりゅうスポーツ広場」を取り入れ、休日の運動量の確保に努める。
- ・雨の日の業間や冬季の業間に全校で8の字跳びにチャレンジする機会を設けて、異学年で運動に親しむ取組みを行う。
- ・竹馬や一輪車、鉄棒など様々な運動遊びをすることができるような場の設定を行い、運動への興味の幅を広げる工夫をする。

<その他>

- ・体育的行事として、5月体育大会、11月マラソン大会、2月なわとび大会等を予定しており、テーマ・目標を設定し、年間を通して計画的に行い、充実を図る。
- ・坂口小学校、池田小学校、神山小学校と連携して、スポーツフェスティバルを開催し、ニュースポーツを通して、運動や交流を楽しむ取組みを行う。
- ・越前市武生中央公園温水プールと連携して、専門的な水泳指導をうける。
- ・週末の家庭学習に「はぴりゅうスポーツ広場」を取り入れ、家庭と連携しながら体力向上の取組みを行う。
- ・健康教育に関わる掲示を充実させて、日頃の生活習慣を見直す仕掛けづくりをする。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市南中山小学校

運動に親しみ、最後まで諦めずがんばる児童の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

令和5年度の体カテストの結果より、本校の課題を大きく持久力と俊敏性の2つだと捉える。令和6年度の体カテストにおいては、48種目中（8種目×男女×3学年）40種目で福井県の平均値を上回ることを目指す。（反復横跳びと20mシャトルランはどちらも県平均を上回るようにする。）

そのために、毎週水・金曜日にチャレンジタイム（業間運動）として以下の取組みを行う。

①持久走（5分間走）⇒持久力を伸ばすための取組み

晴れた日は、音楽に合わせて5分間グラウンドを走る活動を行う。

②縄跳び（短縄）⇒俊敏性を伸ばすための取組み

雨や雪、日差しが強い日は、体育館で縄跳びを行う。学年ごとに3種目を1分間ずつ跳ぶ。

また、体育的行事として、春に体育大会、秋にマラソン大会、鉄棒月間、冬に縄跳び月間、8の字跳び大会を計画している。これらの行事に向かうに当たり、児童一人ひとりが目標をもって取り組めるように支援することで、個々の持久力や俊敏性を高めていくとともに、最後まで諦めずがんばる児童の育成を図る。

<児童の運動習慣の育成について>

学年末のアンケートで、「自分は進んで体を動かしている」と答える児童が90%以上になることを目指す。そのために、以下の取組みを行う。

①チャレンジタイム（5分間走と縄跳び）の記録を見える化する。

5分間走で全校児童が走った距離や、縄跳びで全校児童が跳んだ高さ（跳んだ回数×10cm）を、日本地図上や、世界中の高い建造物や山などと比較したものを掲示し、継続してチャレンジタイムに取り組もうとする児童の意欲付けを図る。

②一輪車や竹馬、鉄棒などの検定カードを作成する。

本校では1、2年生を中心に、中庭で一輪車や竹馬、鉄棒で遊んでいる児童が多い。さらに外で遊ぶ児童を増やし、楽しく、目標を持って運動に取り組めるように、検定カードを作成・配付する。できた技の欄にシールを貼るなどして、進んで運動したいと感じる児童を増やしたい。

③はびりゅうスポーツ広場の積極的な活用

チャレンジタイムの記録や、家庭での運動の記録などを、こまめに入力するよう支援する。積極的に活用している児童の記録を定期的に周知することで、他の児童の意欲を喚起する。

<その他>

保健領域では、養護教諭等と連携し、「性教育」「がん教育」「安全教育」「食育」などを計画的に実施し、健康教育を充実していく。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書(小学校用)
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市花筐小学校

楽しみながら運動に取り組み、進んで自分の体力を高めようとする児童の育成を目指して

本校の体力テストの結果から、握力や20mシャトルランの項目において課題が見られた。これは、コロナ禍における子供の運動機会の減少によつての運動習慣があまり定着しておらず、普段の授業で扱う機会が少ないことが大きな要因であると考え。そこで今年度は、楽しく運動する機会を増やしたり、体力の向上を図る取り組みを行う機会を設けたりして、楽しみながら運動に取り組み、進んで自分の体力を高めようとする児童の育成をめざしたい。

<本校の体力向上の取組みについて>

今年度は、握力や20mシャトルランで各学年の記録の向上をめざしていききたい。そこで以下の取組みを行っていく。

- ・体育の授業でのグーパー体操を全学年、準備体操として行う。
- ・体力強化月間を設け、体育の授業で5分間走や縄跳びをする時間を設け、はぴりゅうスポーツ広場で記録して、自己の成長が実感できるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・器械運動や陸上競技など様々な領域の学習活動で学習カードやICTを活用し、振り返りを行うことで、自己の課題を明確にし、できる喜びを味わわせる。
- ・昼休みは積極的に体育館や校庭で体を動かすことを呼びかける。また、クラブ活動でスポーツクラブを設けたり、空き教室に鉄棒を設置したりして、児童が体を動かす機会を増やす。
- ・委員会が中心となりスポーツイベントを企画するなど、児童が楽しく参加することができる活動の実施に取り組む。

<その他>

- ・体育的行事として、5月体育大会、10月マラソン大会、2月なわとび大会等を予定しており、テーマ・目標を設定し、年間を通して計画的に行い、充実を図る。
- ・岡本小学校、服間小学校、南中山小学校と連携して、越前市小学校体育推進事業(今立ブロック)を実施し、運動や交流を楽しむ取り組みを行う。
- ・越前市武生中央公園温水プールと連携して、専門的な水泳指導をうける。
- ・週末の家庭学習に「はぴりゅうスポーツ広場」を取り入れ、家庭と連携しながら体力向上を図る。
- ・健康チェックカード、メディアチェックカードを学期に1回行い、生活習慣の改善に取り組む。
- ・家庭地域学校協議会にて、健康・保健関係について協議する。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 服間小学校

自ら伸びようとする意欲と実践力のある児童の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・業間活動（水・金の2回実施）で、4月から11月は「みんなで走ろう」、雨天時、11月～3月には、「みんなで跳ぼう」を行う。
「みんなで走ろう」…5分間の持久走。校庭を3分割し、学年の体力に合わせて行う。
「みんなで跳ぼう」…1分ごとに3種類の技を跳ぶ。
- ・児童会や体育委員会が中心となり、全校遊びや体力作りにつながる様々な取り組みを行う。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・器械運動等の個人カード・デジタルコンテンツを使用し、自分のめあてや自分の伸びなどを確認し、意欲を高める。
- ・体育カードを活用し、業間運動の記録や授業体育の記録、マラソン大会の振り返りなどを残していくことで、自身の体力の向上を「見える化」する。
- ・一人一人の能力にあった活動ができるような学習活動や場の工夫を行い、児童の運動量が十分確保できるようにする。そして年度末には、アンケートで運動が好き、楽しいと答える児童が90%を超えるようにする。

<その他>

- ・体育大会などで保護者に協力を依頼し、子供たちが運動に親しめる環境を設定する。
- ・マラソン大会・なわとび記録会などで振り返りカードを家庭に持って帰り、保護者に感想を書いてもらい、児童の意欲の向上へつなげる。
- ・外部講師と連携した体力作りにつながる出前授業や保健に関する出前授業に積極的に取り組む。
- ・はぴりゅうスポーツ広場を活用して、児童一人ひとりが自分に合った運動習慣を育成できるように働きかける。
- ・保健の学習と、養護教諭の保健指導とを関連付けて、子どもの発達段階に応じた保健指導を継続的に行う。

令和6年度 児童生徒体力づくり推進計画書（小学校用）

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前市岡本小学校

すすんで運動し、新たな目標に挑戦しようとする子の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

昨年度の体力テストの結果、立ち幅跳びと握力に本校の課題があることが明らかとなった。これらの能力向上のために、以下の取組を実施する。

立ち幅跳び→全国平均超え4項目以上(学年男女別)

- ・体育の授業での基本的な跳躍動作の指導を全学年で行う。
- ・休み時間等に自由に測定できる場を設ける。
- ・RJ(リバウンドジャンプ)を準備運動に取り入れる。

握力→全国平均超え4項目以上(学年男女別)

- ・グーパー体操を朝の会等で継続して行う(→はぴりゅうスポーツ広場に記録)
- ・握カグリップを各学級に配付し、休み時間等に自由に鍛えられる場を設ける

セカンドチャレンジ

今年度の体力テストの結果から本校の課題となる項目を分析し再測定(11～2月頃)を実施する。6月からの記録の伸びを児童が実感できるようにワークシート等に記録しながら行う。

<児童の運動習慣の育成について>

運動習慣を身につけるために、以下の取組を実施する。

- ・「元気に走ろう！」(業間運動)
 - …4～11月の期間、週に一度全校児童がグラウンドで5分間走を行う。
 - マラソン大会前は実施日が増える。
- ・「縦わり大縄とび」(業間運動)
 - …元気に走ろう期間の雨天時、縦わり班ごとに大縄8の字跳びを行う。
- ・「なわとびタイム」(業間運動)
 - …12～2月の期間、週に一度なわとびの持久跳びと技跳びに挑戦する。
- ・委員会企画…健康委員会によるスポーツ大会や運動コーナーなどの企画を実施する。

<その他>

- ・地域に伝わる伝統音頭を体育大会で地域の人たちと一緒に踊る。
- ・インターネット10ヶ条(メディアアソート)を年3回実施する。児童と保護者が一緒にメディアとの付き合い方についてふり返る機会とする。
- ・すこやか週間(メディアコントロール)を近隣中学校のテスト期間に設け、生活習慣の改善に努める。