

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 永平寺町松岡小学校

元気パワーアップ作戦

いろいろな運動を通して、思いきり体を動かそう！
～一人ひとりがめあてをもって、進んで運動に取り組むことができる児童の育成～

<本校の体力向上の取り組みについて>

- ・児童の発達段階に合わせて、授業を系統的に行う。各学年で行う体操について学校全体で共通理解を図ったり、運動領域ごとに準備運動を工夫したりと、6年間を通して様々な動きを習得できるよう計画していく。
- ・猫ちゃん体操やラジオ体操、音楽に合わせたセット運動、または距離や時間を決めての長距離走など、各単元の特徴に応じたウォーミングアップを授業の導入で行うことで、授業内の運動量の確保と技能の向上を図る。
- ・体力テストの結果より、本校の50m走の数値が男女ともに県平均を下回っていることを鑑み、授業の導入で瞬発力や敏捷性を高める補強運動メニューを取り入れる。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・ICTを用いて、児童は自身の動きを確認したり、仲間とアドバイスし合ったりと運動が分かる、できるといった体験を多く積ませることで、運動が好きになる児童を増やす。
- ・松小タイムや昼休みには、学校行事と関連づけて時間走やなわとび練習の時間を設け、目標を持たせながら体力の向上を図れるよう工夫する。
- ・児童には運動が得意、不得意ということに関係なく、運動を楽しむことの大切さや安全確保に関する知識など、スポーツの意義や価値にふれることができるようにする。
- ・体育大会に向けて委員会や高学年で大会の運営を担うことで、児童が主役となる体育大会にしていく。その中で、競技力向上への意欲を高め、体育の時間だけでなく休み時間を用いて、学年で積極的に練習できるよう配慮する。

<その他>

- ・ラジオ体操は、プール学習前や夏季休業前に授業で取り組む。体育大会の準備運動でも行う。夏季休業中には、可能な限り地域のラジオ体操に積極的に参加するよう呼びかける。
- ・はぴりゅうスポーツ広場を活用し、学校や家庭での運動機会の創造、啓発を行い体力づくりに自主的に励む児童を増やす。

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 永平寺町吉野小学校

- めあてに向かって努力し、運動の楽しさを味わおう。
- 新しいことに挑戦し、確かな技能の獲得をめざそう。
- 規律を守り、協力して運動を行おう。

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・股関節や肩甲骨を柔軟にする運動を取り入れ、柔軟性を高め、怪我の予防に努める。
- ・準備運動にグーパー体操を取り入れたたり、様々な器具を活用したりして握力を鍛える。
- ・準備運動でラダーなどを活用し、多様な動きを入れて瞬発力を高める。
- ・体育的行事（体育祭、マラソン大会、スキー学習、なわとび大会）を通じて、児童がめあてをもち、最後まで努力しようとする態度を育成する。
- ・体育祭では、本校の伝統である「よさこいイッチョライ」や「一輪車」の集団演技に取り組み、集団的斉一の美のすばらしさや面白さを体感して、児童が自己実現できるようにする。
- ・業間運動でマラソンや縄跳びに継続的に取り組み、体力の向上を図る。また、その手立てとして、「はぴりゅうスポーツ広場」を活用し、楽しみながら技能の向上を図るとともに、生涯を通して体力づくりに取り組む態度を育てる。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・業間体育や授業で「はぴりゅうスポーツ広場」を活用していくことで、休み時間や放課後、休日での活用も促し、日常的に運動に親しむ機会を増やす。友達や家族と簡単な運動に気軽に取り組むことができる本サイトの活用を推進し、「運動が好き」「運動が楽しい」「進んで運動したい」と感じる児童が85%以上であることを目指す。

<その他>

- ・スキー教室では、保護者ボランティアや講師を依頼して、一人一人に合った技能の向上に努める。

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 永平寺町御陵小学校

- 運動することの楽しさに気づき、元気に取り組めるようにする。
- 体力や技能の向上を確認できる授業づくりを行い、児童一人一人が達成感を味わえるようにする。

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・単元や本時のめあて、学習内容などが視覚的に確認できるように、学習カードを活用する。また、ねらいに近づくための手立てとして、自分達の動きを撮影して見返したり、ペアやグループになって学び合ったりするなど、ICT機器を積極的に利用する。
- ・準備運動としてグラウンドを走る、縄跳び（大縄を含む）、柔軟体操を行うなど、運動量の確保だけでなく、単元に応じて、授業に必要な動きを取り入れる。
- ・業間運動を活用し、体力向上に努める。時節に合わせ、ランニングや縄跳びに取り組む。ランニングや縄跳びは、学年や実施場所を分散して行う。
- ・地域の特性を踏まえ、全学年がスキーに関する授業を行う。4～6年生は、スキー教室において技能の向上を図る。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・平日の学校では、昼休みを中心に「はぴりゅうスポーツ広場」を活用する。また、休日には家庭でも自主的・継続的に取り組めるように啓発を行う。

<その他>

- ・体育大会前や夏休み前にラジオ体操の指導を実施し、繰り返し練習することで、児童が正しい運動の仕方を習得できるよう努める。
- ・「早寝早起き朝ご飯」についての結果や家庭で取り組んでほしいことを保健だより等でお知らせし、児童の体調管理と健康維持に努める。また、学校保健会を開き、学校三師からアドバイスをいただく。
- ・保健領域の授業において正しい知識を得るとともに、生活習慣を振り返ったり、生活場面に置き換えて考えたりして、身に付けた知識を活かしていこうとする態度を育成する。

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 永平寺町志比小学校

楽しく学び、体力向上！

◎重点項目 ①児童の体力、運動能力の向上 ②運動に親しむ児童の育成

☆児童の実態：昨年度の体力・運動習慣等調査の結果より（全国平均値と比較して）

体力・運動能力調査において（令和5年度4年生～6年生）					
上回っていたもの			下回っていたもの		
長座体前屈	ソフトボール投げ	立ち幅跳び	握力	上体起こし	シャトルラン
3.37↑	0.43↑	0.1↑	0.54↓	2.63↓	0.99↓
運動習慣等調査において（令和5年度5年生）					
運動が好き	体育は楽しい	1週間の総運動時間	体育は進んで学習しているか	体力向上の目標	
5.2↑	7.7↑	1時間未満33.3%	15.0↓	3.1↓	

<本校の体力向上の取組みについて>

児童の実態より体力の中でも柔軟性と巧緻性、敏捷性は全国平均を上回っていたが、筋力と持久力に課題があった。

I：運動を楽しむための体力向上基礎トレーニングを授業前に行う。

・ねこちゃん体操（器械運動）・ベースポジション上下、ホップ（陸上）・鉄棒ぶら下がり（外：球技）・縄跳び（中：球技）

II：志比小タイム（業間体育）を毎週木曜日に行う。

割り当て	木曜日	次の木曜日	雨天時
低学年	持久走	折り返しリレー	ねこちゃん体操 なわとび 大縄（8の字跳び）
中学年	サーキット	持久走	
高学年	折り返しリレー	サーキット	

※授業前のトレーニングや業間体育を通して、全国平均を上回るように取り組む。

<児童の運動習慣の育成について>

児童の実態より「運動が好き」で「体育は楽しい」と回答する児童は全国平均を上回っていたが、「進んで学習（運動）」や、「目標を立てること」に課題があった。

I：体育の授業と業間体育で活動内容の見える化を行う。

・ICTの活用（動画撮影や記録の入力）・単元と授業の目標を立てる。・はぴりゅうスポーツ広場の入力。

II：進んで運動できる環境整備を行う。

・縄跳び、器械運動（跳び箱、マット、鉄棒）の模範演技動画の提示。はぴりゅうスポーツ広場「はぴはぴコース」の推進。

※はぴりゅうスポーツ広場「マイペースコース」の（マラソン・なわとび・器械運動）の入力と「はぴはぴコース」の推進を積極的に行い、取り組みの見える化と総運動時間の向上を進める。縦割り班活動で高学年が低学年の模範になる取り組みを行う。

<その他>

学校の取り組みとして「元気アップカード」を家庭と連携して行う。項目として、食生活・睡眠時間・スクリーンタイム・姿勢等を年間通して行い、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 永平寺町 志比南小学校

〈運動の楽しさを味わい、主体的に取り組む児童の育成〉

- ・能力に応じて、挑戦し続けられる単元目標・計画の設定をしていく
- ・考えを可視化・共有することで児童の知識や思考を高めていく。

〈本校の体力向上の取組みについて〉

- ・学習前には、オリエンテーションを行い、各領域・種目において、活動の意味を明確にしてめあてをもたせ、見通しをもって活動できるようにする。
- ・ペアやグループ学習を通し、協力して運動することの楽しさを実感し、共に考えながら学び合って学習することができるようにする。
- ・合同体育を実施し、異学年との交流による協同的な活動の場を取り入れたり、上級生による模範演技を通して、運動への意欲を高めたりする。
- ・ICT機器を使い、運動の様子をふり返り、学習に生かされるようにする。また、機会を見てはぴりゅうスポーツ広場にも取り組めるようにする。
- ・体育大会、長縄大会など体育的行事については、授業の成果の発表の場と位置付け、意欲をもって活動できるよう指導を行う。また、めあてカードや記録カードは6年間ためていけるようにファイリングして活用し、児童自身が成長を視覚的にとらえられるようにする。家庭でも児童の頑張りを認めて、励ましてもらえるようにする。
- ・児童が苦手な投・跳の運動を体力づくりの授業にも関連させて取り入れたり、全国平均値を掲示して比較しやすい環境を作ったりして、意欲を持たせながら児童の運動の機会を増やす。
- ・時間走で体力の向上を図ったり、縦割り班での大縄とびに取り組ませたりする。

〈児童の運動習慣の育成について〉

- ・記録カードを活用し、児童の運動意欲を体育の授業だけでなく継続して持たせられるようにする。
- ・今年度から3年生以上は「体育ノート」を作成し、授業の中で気づいたこと、考えたこと、試してみたいことなどを随時記録できるようにし、より良いものは掲示もしながら思考の可視化を図る。
- ・これまでの体育行事を見直し、選択制のあるものや協力して取り組めるものを増やして、運動の楽しさを味わえるようにする。

〈その他〉

- ・養護教諭と連携をとり、健康な体を作るために必要なことを活動時や保健の授業などで取り上げる。タブレット端末の使い方やルール、レジリエンス教育なども行い心の成長も促していけるようにする。
- ・スポーツインストラクターを招き、水泳学習や器械運動など専門的な指導を受けたり、運動の楽しさやできるようになる喜びを味わえるようにしたりする。
- ・永平寺町ふるさと大使「福井永平寺ブルーサンダー」（ハンドボールチーム）による指導や交流を継続して行う。
- ・豊かな地形を生かし、冬季のスキー学習を継続して行う。また、保護者ボランティアも募り、活用していく。
- ・熱中症に配慮し注意喚起を行って安全に活動できるようにする。

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 永平寺町 上志比小学校

- ・いろいろな遊び・運動体験を通し、進んで運動する意欲を育む。
- ・仲間と共に活動したり、運動したりする楽しさを味わわせる。
- ・ふれあいタイム（業間運動）の焦点化により体力向上を図る。

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・体育的行事の充実
（校内体育大会・校内マラソン記録会・スキー教室など）
- ・全校統一の音楽に合わせた準備体操の実施
上志比っ子体操 A：ストレッチ系 上志比っ子体操 B：トレーニング系
ねこちゃん体操：器械運動につながる、身体の柔軟性や巧緻性を高める体操
- ・5分間走・・・はぴりゅうスポーツ広場のマラソンカードで意欲付けを図る
- ・短距離走・・・5分間走後、様々な動きを取り入れた短距離走を行う
かけっこ教室（4～6年）
- ・雨天の場合、ふれあいタイム（業間運動）は、縦割り班での長縄跳びを行う

<児童の運動習慣の育成について>

- ・苦手な児童のことを念頭に置いた運動方法や場の設定、教材、ルールの工夫
- ・めあてを明確にし、振り返りを意識した学習カードの活用
- ・学校裏にあるスキー場の活用とスキー学習
- ・はぴりゅうスポーツ広場を用いて、様々な運動を行うよう促す
- ・休日中もグラウンドや校区内の公園などで友達や家族等と体を動かすよう推奨する
- ・全校児童による地域の伝統的な踊り「上志比音頭」の発表（校内体育大会）
- ・冬季の縄跳び運動（短縄跳び、長縄跳び）の実施
- ・夏季休業前のラジオ体操指導
- ・縦割りによるふれあい遊び（年間5回程度）や長縄跳び

<その他>

- ・保護者、地域ボランティアによるスキー指導
- ・上志比っ子の健康を守る会（PTA、中学校、幼稚園との連携）