

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 南越前町立河野小学校

健やかな体と豊かな心

運動が好きになる学校体育の推進

<本校の体力向上の取組みについて>

- ①大縄大会を企画し、縦割り班で教え合ったり、練習したりしながら、仲間と運動する楽しさや記録の向上を目指して頑張る楽しさを感じられるようにする。
- ②週1回程度マラソンやなわとびを行う。令和5年度体力テストでは、20mシャトルランにおいてどの学年でも全国平均を下回る結果となった。体力を向上させることで、運動に対する自信を付けたり、健康な体を作ったりすることにつなげていく。他人と競ったり、記録の向上ばかりに目を向けたりするのではなく、気持ち良く走ったり、自分の能力に応じて取り組んだりできるようにする。今年度の学校評価アンケートでは、「運動するのが好きで、体育的活動に一生懸命取り組んでいる。」という項目で80%以上の児童が、「よく当てはまる」「だいたい当てはまる」と回答することを目指す。
- ③金曜日の業間には、卓球や竹馬などの4種目を縦割り班でローテーションを組んで回していく。異学年間で教え合ったり、競い合ったりする中で体を動かすことの楽しさや様々な友だちと活動することの楽しさを味合えるようにする。縦割り班で取り組むことで1～6年生の絆作りにもつなげる。また、それらの用具を常時設置することで、休み時間などに児童が進んで取り組めるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

- ①複数の学年で合同体育を実施し、仲間と関わり合う場面(チーム戦等)を保障することで、仲間と一緒に運動をする楽しさや競い合う楽しさを感じられるようにする。
- ②各運動領域において、スモールステップによる授業展開を意識することで、運動に対する抵抗や苦手意識を下げるとともに、児童にやればできるという有能感を体験させる。
- ③少人数学習であることを生かし、充実した個別指導を行っていく。各運動領域においての運動技能の習得を保障することで、運動に対する自信を付けさせる。
- ④はぴりゅうスポーツ広場を活用しながら学年に応じた運動に取り組み、楽しみながら進んで運動する習慣がつくことを目指す。

<その他>

- ①保護者・地域と連携を図り、毎週金曜日に実施する徒歩登校などの歩くことによる体力向上の取組みを行う。
- ②長期休業後には、児童の生活習慣をチェックするカードで1週間程度、生活習慣を見直す期間を設け、児童の実態を把握するとともに、家庭との連携を図りながら児童のより良い生活習慣の形成を図る。

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 南越前町立今庄小学校

一人一人が目標をもって運動に取り組み、体力づくりへの意欲を高める。

<本校の体力向上の取り組みについて>

体力テストの結果から20mシャトルランと50m走の記録が全国平均より同じ数値もしくは少し低い数値であったことから、持久力と走力の向上に努めるために、以下の取り組みを重点的に行うこととする。

- ① 業間活動における取り組み
業間体育は、おおよそ週3日のペースで行い、内容は「時間走」、「エンドレスリレー」の2種類を順番に実施する。また、雨天の日は、縦割り班ごとの連続8の字跳びなどの長縄を実施する。
- ② 体育大会における取り組み（10月）
体育大会の種目に短距離走やリレーを取り入れ、授業で学習したことを、当日披露できるようにする。また、各色がチーム一丸となって全力で競技を行えるように目標を持って活動できるように支援する。
- ③ マラソン大会における取り組み（11月）
週3日の業間体育を、マラソン大会に向けてすべて時間走（10分間）にシフトする。また、大会までに試走を2～3回実施し、業間体育の時間走と併せてマラソンカードに記録していく。

<児童の運動習慣の育成について>

- ① 1単位時間ごとの「めあて(何を学ぶか)」をはっきりさせ、それに向けて各児童が目標をもって取り組んだり、自己評価したりできるような授業を目指す。また、学習内容によっては学習カードを利用し、学習過程を振り返ることができるようにする。
- ② 教員がより効果的な指導ができるように、NHK FOR SCHOOLなどのデジタル教材などを授業で活用し、技のポイントや学習の仕方、保健に関する内容などを視覚的に理解させる。
- ③ なわとび発表会における取り組み（12～2月）
縄跳びは体育の授業でも実施するが、12月からの業間体育でも実施する。縄跳びカードを併せて利用して取り組んでいく。はぴりゅうスポーツ広場を活用し、家庭でもなわとびでいろんな技に挑戦するように促していく。
- ④ 地域の特色を生かして、スキー教室や雪遊び等を授業に取り入れる。

<その他>

- ① 夏季休業前に体育大会時に向けたラジオ体操指導を行う。夏休み中は、地域のラジオ体操に参加するよう奨励する。
- ② 体育大会で羽根曾踊り（県無形民俗文化財）の活動をする際、地域の羽根曾踊り保存会の方に指導を依頼する。また、マラソン大会やスキー教室の実施にあたり、PTAや地域の方々に協力を依頼する。
- ③ 健康における取り組み（5・9・1月）
各学期に1回、生活を見直す期間「ここ・からチェック」を設ける。内容は「就寝時間」などの生活習慣と「心の調子」を顔文字の中から選択することで心身の状態をチェックする。児童が自身の生活を振り返ること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 南越前町立湯尾小学校

楽しく運動に親しみ、基礎体力向上に努める児童の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

○基礎体力の向上

体力テストの結果において、握力と50m 走の平均得点が 6 を下回っている学年があるという観点から、以下の取組みを行う。すべての競技において、平均得点 7 以上を目指す。

- ・全校で統一した準備運動（動的ストレッチなど）を行う。
- ・特に握力の強化のために、準備運動にグーパー体操を行う 習慣をつける。

（握力の強化のために、グーパー体操を学年× 10 回行う。）

- ・業間体育を年間通して実施する。※特に、短距離を新しく取り組む。

（マラソンや短距離、リレー、大なわとび、短なわとび等を週3回実施する。）

○自ら体力向上に努める児童の育成（主体的・対話的な学びになるように支援する。）

- ・個人の目標設定をさせ、自分の課題を把握させる。その課題を克服するための練習方法などを提案し、選択させる。友だち同士でお互いにアドバイスをするよう指導する。
- ・また、タブレット端末を活用し、児童自身の姿を撮影したり、お手本となる動画を見せたりすることで、児童自身が課題意識を持つことができるよう支援する。
- ・「はびりゅうスポーツ広場」を活用し、できる技を増やしたり、磨いたりすることで意欲的に運動に取り組むよう支援する。
- ・教員には、体育主任による現職教育を実施し、体育に関する知識・技能を高める。

<児童の運動習慣の育成について>

○学校全体で外遊びを奨励する。晴れの日には運動場で遊ぶ。（冬季は体育館で）

○「チャレンジタイム（業間活動）」には、全校でマラソンや短距離、リレー、縄跳び、大なわとび等に週3回取り組む。マラソンカードや縄跳びカードの作成、集計方法を工夫する。

○体育大会やマラソン大会、なわとび大会に向けて、運動への意欲や関心を高めるとともに、めあてを持たせ、達成感や充実感を味わわせる。

<その他>

○夏季休業前・体育大会時にラジオ体操指導を行う。夏休み中は、地域のラジオ体操に参加するように奨励する。

○保健の実施

- ・養護教諭と連携して授業を実施する。
- ・歯科医による歯の指導、救急救命士による救急法の指導を計画する。

○「すいみん記録表」や「目の愛護月間チェック表」、「すこやかチェック表」等を活用し1週間自分の生活を表に書き込み、自分の生活を振り返らせる。保護者からの振り返りも行い、家庭との連携を図る。

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 南条小学校

- ①体を動かす機会を増やし、児童が楽しく運動できる環境を設定する。
- ②めあてを明確にし、児童が目的意識をもって運動に取り組めるようにする。
- ③握力、長座体前屈を中心に多項目において体力向上を意識した活動をする。

<本校の体力向上の取組みについて>

- 昨年度全学年男女で県平均を下回った握力について、体づくり運動や準備運動で雲梯や登り棒、鉄棒運動などを行い、握力強化に取り組む。また、握力計を学年に配布し、気軽に記録に挑戦できるようにする。
- 運動委員会主催で、体力テストに向けて楽しく取り組める補強運動を提案する。
- 球技では、スキルアップを目的とした基礎的な反復練習と、思考力やチームワークの伸長を目的とした実践的な活動を組み入れて授業を行う。
- 業間体育は、火曜日と木曜日の週2日実施する。

1・2学期…5分間走及び縄跳び運動
冬季 …縄跳び運動（縄跳び大会の種目跳び）

<児童の運動習慣の育成について>

- マラソンカードや縄跳びカードを活用し、業間体育後に記録できるようにする。学年に応じて上位記録の児童を表彰や公表する機会を設ける。
- 各学級にサッカーボールとドッジボールを配布し、休み時間に運動が行いやすい環境を整える。また、業間・昼休みには、外器具室を開放し、ジャベリックボールや一輪車など様々な用具を使えるようにする。

<その他>

- 学校だよりや学年だより、ホームページなどで、体力テストの状況や学校体育の取組みについて家庭に知らせる。
- はぴりゅうスポーツ広場については、目的や意義を児童に伝えるとともに、上記の便りで家庭にも知らせる。