

令和7年度 体力向上における各校の取組みと成果(小学校)

小浜市 教育委員会

No	学校名		項目	具体的な取組み	成果
1	小浜	小学校	児童生徒の運動習慣の育成について	1年を通して、業間マラソン、なわとび、器械運動に取り組み、運動習慣の育成を図る。まとめの活動として、マラソン大会・器械運動発表会・なわとび大会を実施した。	マラソン大会やなわとび大会では毎時間ごとに目標を設定した結果、目標に向けて頑張れた児童の割合が9割を超えていた。
2	雲浜	小学校	本校の体力向上の取組みについて	持久力を向上させるため、週に2回、業間の時間において、晴れの日にはマラソン、雨の日にはなわとびに取り組む。 体育の授業の始めに柔軟、グーパー体操、ランニングもしくはサーキットトレーニングを行う。	今年度の体力テストにおいて、授業前のランニングや業間マラソンの取り組みにより、「20mシャトルラン」の結果が向上した。全国平均と比較すると、ほとんどの学年で高い数値を記録した。
3	西津	小学校	本校の体力向上の取組みについて	持久走大会、なわとび大会で、学年に応じた目標設定を行うとともに、記録カードを活用し、自己の伸びを実感させながら取り組ませた。	毎年記録を残しているため、昨年度の自分と比較する児童が多かった。昨年度の自分を超えられたら、次の目標に向かって記録を伸ばそうとする取組の流れになり、子どもたちは大変意欲的であった。
4	内外海	小学校	本校の体力向上の取組みについて	火～金曜に5分間走を行う。スプレッドシートに継続して記録する。今年度は、「内外海小学校からどこまでいけるか」という指標となる目的地を20個設定するなど、楽しく走ることができる工夫を施す。走った距離もグラフで可視化できるようにする。	体力テストのシャトルランの結果では、多くの学年で全国平均を上回っており、持久力が向上しているといえる。業間マラソンにも意欲的に取り組んでいた。
5	小浜美郷	小学校	本校の体力向上の取組みについて	業間運動「トコトタイム」を設け、晴天時は時間走、雨天時にはなわとびを行い、8分間の運動時間を確保する。	児童の学校評価アンケートの運動への取り組み方の回答が年々良化しており、マラソン大会やなわとび大会など、行事に向けた練習を頑張っている。今年度は雨天時に「はびりゅうスポーツ広場」も行い多様な動きができるよう機会を作ることができた。
6	今富	小学校	児童生徒の運動習慣の育成について	週4日の業間マラソンの実施(4月～10月) ・色の目標、個人の目標を設定し、1学期末と業間マラソン終了時にふり返しを行う。 ・4周走れたら名前磁石をひっくり返し色を変える。 ・走れた周数を1,2年生はマラソンカードに記入、3～6年生はスプレッドシートに入力 ・200周達成で「陸王」150周達成で「マラソン大名人」100周達成で「マラソン名人」	4周走った人を名前磁石で見える化することで、やる気につながり、業間マラソン中の雰囲気や様子が昨年度と変わった。その結果、165人が100周以上達成した。(全校の5割) 100周を達成できなかった児童も、あと少しで達成するところまでできていた。

7	口名田	小学校	本校の体力向上の 取組みについて	業間活動に器械運動を取り入れ、 基本的な体の使い方や筋力の向 上を図った。高学年は、タブレッ トの達成度シートを活用し、自主 的な取組みを促した。またなわと びの持久跳びを従来より全学年2 分伸ばし、体力向上を図った。	器械運動に関しては、できる技が 昨年比べて大幅に向上した。家 庭でも練習してくるなど自主的 な活動が目立った。目標を持って 活動に取り組んだ児童が98%だ った。なわとびの持久跳びに関し ても昨年より達成者の割合が5% 向上した。
8	中名田	小学校	本校の体力向上の 取組みについて	年間を通して、火曜日と金曜日の 業間にマラソンもしくは、縄跳び (持久跳び)を行った。 マラソン大会・なわとび大会の1ヶ 月前からは火・水・金曜日の3日 間行った。	マラソン大会では、全児童が完走 することができた。シャトルランで は、4年生以上13名中12名が県 平均を上回っている。なわとび大 会の持久跳びでは、高学年は8名 中6名が10分を跳びきった。
9	加斗	小学校	本校の体力向上の 取組みについて	スピード・パワー系の強化(体育時 の手押し車、馬跳び、瞬発力を高 めるトレーニング) 業間の体づくり(週4回、晴天 時:5分間マラソン、雨天時:8分間 持久跳び)	年間を通して継続したことで、手 押し車のタイムが約5秒縮まるなど、 基礎体力が向上した。 鬼ごっこ系の運動により、苦手な児 童もタッチ回数が増えるなど、敏捷 性や粘り強く取り組む姿勢が高 まった。