

令和7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、持久力を高める運動と、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。個人カードとはぴりゅうスポーツ広場の集計機能を併用し、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、体力の向上ができるよう、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、特に昨年の体力テストの結果より、柔軟性の向上が必要であることが分かったので、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60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。
- ・学校外部の団体が行う企画を積極的に活用し、運動の楽しさを感じさせる。
- ・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7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

「すこやかワールド 西っ子」

未来につながる心身の健康を目指す

<本校の体力向上の取組について>

- ・「のびのび運動(業間体育)」を実施し、自分で目標を立て、体力向上・体幹強化に取り組む。体力向上の取組としては、週に1回、低学年と高学年でグラウンドでのランニングを行う。本校の体力テストの結果から、男女ともに上体起こしの記録が低くなっているため、体育館で時間跳び(縄跳び)を行い、体幹の強化に取り組むことで、上体起こしの全国平均18回を目指す。
- ・春季時間走記録会、秋季時間走記録会を実施する。時間走記録会に向けて「のびのび運動」や体育の時間に持久力を高める運動に取り組む活動を行う。春季と秋季の2回記録会を行うことで、春季の記録をもとに、「のびのび運動」に目標を持って取り組むことができるようにし、秋季の記録会での記録更新を目指す。また、ペア学年で記録会を行い、異学年でアドバイスや応援をすることで、児童の意欲向上につなげる。
- ・冬に行う縄跳び大会では、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して練習に取り組む。なわとび記録表やはぴりゅうスポーツ広場を活用することで、児童の意欲向上につなげる。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・「運動が楽しい」と感じる児童を増やす取組として、体育委員会の活動の中に、「逃走中」「風船バレー」などの全校児童参加の委員会企画を計画する。運動が苦手、体を動かす時間が少ない児童でも楽しく参加できるルールを考え、業間休みに体を動かす時間を作る。
- ・児童が達成感や満足感を実感できる活動として、「のびのび運動」で、1か月に1回大縄跳び練習会を行う。たてわり班で大縄跳びの練習を行い、跳べた回数を記録し、掲示する。児童たち自身が記録の伸びを実感しながら、運動に取り組めるようにする。
- ・家庭での運動時間が増えるようにはぴりゅうスポーツ広場で記録する取組を行うと共に、保護者にはぴりゅうスポーツ広場についての案内を出して周知する。

<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を課題としている。そのため、「睡眠・朝食調査」を年に2回実施し、自分の生活を振り返り、自分の生活習慣を改善していくことにつなげる。
- ・本校の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。
- ・毎日0がつく日を「残食0の日」と設定し、給食の時間に残食0の歌を流すことで食育に取り組む。

令和7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。
- 業間活動 → 1年間を通して実施し、児童の基礎体力向上を目指す。
 - ・週に1回、晴れの日には5分間走、雨の日にはなわとびに取り組む。
- ICTの活用
 - ・ICTを活用し、自分の動きを確認して、課題を見つけたり、技のポイントを見付けたりするのに役立たせる。

＜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。
 - ・マラソン大会では、自分が無理のないペースで走れる距離を選択して行う。
（例：高学年 1000mコース、1200mコース、1400mコースから選択）
- 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、スポーツ広場の種目を週に1回、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。
- 学校保健委員会を実施する。保健主事、養護教諭と連携し、5年生が中心となって、睡眠・食・運動・心の健康について調べ、集会等で発表する。

令和7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5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を大切にして取り組む。昨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長縄タイムを設け、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・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。

起きる時刻、夕食を食べる時刻を守り（3点固定）、規則正しく健康な生活を送ることができる児童の育成に努める。

令和7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

運動に楽しく取り組む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

- ・ウォーミングアップとして準備運動を音楽に合わせて行ったり、グーパー体操やリズムよく行える補強運動を取り入れたりすることで、運動に楽しく取り組ませながら基礎体力の向上に努める。
- ・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、自分の動きを確認するために動画撮影をしたりするなどして、児童の知識及び技能を身に付けられるようにする。
- ・授業の振り返り活動にICTを活用し、児童自らが次の課題を設定できるようにし、主体的に運動に取り組めるようにする。
- ・単元によって、ゲームのルールやグループ分けを工夫し、誰もが楽しめる授業を展開するよう努める。
- ・グループやペアで話し合わせることで、互いに協働し合いながら学び、仲間と共に体を動かすことを楽しめるようにする。

＜児童の運動習慣の育成について＞

○特別活動

- ・休み時間の運動遊びや業間運動において、「はぴ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。
- ・クラブ活動において「運動クラブ」を複数設け、「ボッチャ」や「輪投げ」などのニュースポーツも取り入れて、運動が苦手な子も、気軽にスポーツに親しめる機会を増やす。
- ・「休み時間の遊び方」を提示し、フリータイムと昼休みに曜日ごとの学年割当と遊べる場所を指定し、どの学年も毎日運動できる場所を確保する。
- ・年間を通して、週1回程度、校庭でのランニングタイムや屋内での短縄跳びタイムを設定し児童の体力向上を図る。

＜その他＞

○保健領域の学習の充実

- ・「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、自分の体のことや生活習慣について見つめる機会を設け、自分自身の健康についての課題を見付けられるようにする。
- ・養護教諭や栄養教諭の協力を得ながら、保健領域の学習の充実を図る。

令和7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

越前市大虫小学校

大虫っ子パワーアップ大作戦 ～進んで運動に取り組む習慣を身につけよう!～

<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走やシャトルランといった走力に課題が見られたため、準備運動前の周回走・時間走を毎授業取り入れ(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、各単元の基礎体力の向上をねらう。
- ・マラソンやなわとび等の業間運動を、前期(4～9月)は週1回、後期(10月～2月)は週2回行う。継続して運動に取り組ませることで、持久力の向上をねらう。また、「はぴりゅうスポーツ広場」に記録を蓄積させ、自身のがんばりを視覚的に捉えられるようにすることで、主体的に業間運動に取り組む児童を増やす。

<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「スポーツ教室」といったイベントを企画することで、進んで運動に取り組む児童を増やす。
- ・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>

- ・夏休みや冬休み等の、長期休暇に「はぴりゅうスポーツ広場」の課題を出すことで、家族で運動に親しむ機会を設ける。
- ・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。
- ・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。
- ・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7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、児童に身に付けてほしい力や目指す姿を明確にする。その上で、運動量を意識するだけでなく、作戦を考えたり、友達同士相談したり、自分なりの目標をたてたりするようにする。
- ・今年度は各教科でふり返りに力を入れているので、体育の授業でもふり返りをする時間を作り出したい。ふり返りで発言させたいことを逆算した授業の組み立てを考える。
- ・R6年度の体力テストでは、どの学年も全国平均を上回っている種目が多いが、若干走力が弱い学年があるため、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。そして、平均水準を達成できるよう走る運動を習慣化させるきっかけにする。
- ・児童にはぴりゅうスポーツ広場の活用を習慣づけるために、授業だけでなく休み時間・週末の宿題として家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R5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のみの活動とする代わりに、教員が日頃からなるべく児童と一緒に遊ぶことや運動遊びを勧める声掛けを心がける。

<その他>

- ・学校公開で体育の授業を公開する際は、親子で活動できるような場を設ける。
- ・保健委員会とタイアップし、日ごろから運動と健康状態が大きくかかわっていることを全校児童に紹介し、運動への意欲を高める。
- ・児童数が多い学校のため、どうしても遊び場が少ない。場所を広げることは難しいが、遊ぶ道具などを増やすことでなるべく体を動かす環境を整える。

令和7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】

- ・授業の中で「めあて」と「振り返り」の時間を十分に確保し、一人一人が、目標を持って運動に取り組めるよう支援していく。
- ・タブレットを効果的に活用し、自分で課題を見つけ、解決できるようにしていく。
- ・準備運動では、心と体をほぐすため、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。

【業間運動】

- ・毎週火曜日、10分間グラウンドをジョギングする。自分のペースで走り心地よいと感じる運動になるようにする。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。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・年間を通して体育館に鉄棒を常設し、器械運動に親しむ環境を整えるとともに、休み時間の鉄棒利用を推奨することで握力の向上につなげていく。

<その他>

- ・家庭と連携して、休日にも「はぴりゅうスポーツ広場」を活用することで運動時間を確保していく。
- ・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7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
～目標を持ち、自ら積極的に運動に取り組む児童の育成～

＜本校の体力向上の取組みについて＞

- ・基礎体力の向上と基本的な技術の習得をめあてとして、授業を行っていく。そのために、準備運動には必ず、握力を高めるグーパー体操、体の中の筋肉や神経のつながりをよくするための体幹を整えるドリル、瞬発力を高めるダッシュや馬跳び等を取り入れる。
- ・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ことができるよう場の設定を工夫する。（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）また、児童一人ひとりが目標を持ち、積極的に運動に取り組んでいけるよう、目標や記録を書き込める個人カード（ICTで作成）を活用し、めあてに向かって努力し達成感が味わえるようにする。
- ・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。

＜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）
- ・持久走チャレンジ（5、11月）
- ・縦割り班8の字跳び大会（5、2月）

○業間体育

- 4月 持久走（時間走）
- 5月 縦割り班8の字跳び練習
- 6月～ はぴりゅうスポーツ広場チャレンジ
- 9月～ 持久走（時間走） 短縄跳び練習
- 12月 縦割り班ドッジボール練習
- 2月 縦割り班8の字跳び練習

＜その他＞

- ・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。
- ・体育の授業や業間体育で行ったことを、はぴりゅうスポーツ広場に入力し、運動やスポーツに気軽に親しむきっかけをつくる。はぴりゅうスポーツ広場にある様々な運動に取り組み、記録が上がる達成感を味わったり、次の記録に挑戦する向上心を高めたりするとともに休日や家庭でも運動やスポーツを楽しむことができるようにする。

令和7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 越前市北日野小学校

運動を通じて「わかる」「できる」経験を通して、 他者と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>

前年度の体力テストでは、握力、50m走、持久走、上体起こしの結果が課題となった。特に、越前市全体としても50m走に課題があるので、今年度は50mに関する体力を高めていきたい。50m走に関する体力要素には俊敏性、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来年度の体力テストでは50m走の結果が全国平均を上回るようにしていきたい。

そのために下記の取組みを実施する。

- ・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:いろいろなジャンプ動作、ラダートレーニング、補強運動の充実を図る。)
- ・一人一人がめあてを持って、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、手本となる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。
- ・業間運動として、火曜日と木曜日の晴天時には5分間走、雨天時には全校運動を実施する。5分間走では、児童の持久力を身に付けさせ、はぴりゅうスポーツ広場に記録する。全校運動では、課題となっている「俊敏性、力強さ、スピード」が高まる種目を選定して実施する。
- ・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、楽しい活動にしていく。短縄跳びに関しては、はぴりゅうスポーツ広場を用いて、自己の目標実現を目指して継続して活動していく。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・授業では、勝ち負けにこだわらず、自分の成長に気付くきっかけをつくり、喜びにつなげていく。
- ・授業では、スモールステップで取り組めるよう、場の設定を工夫する。
- ・運動に親しむ活動を、委員会を中心に、児童で考えていく。
- ・今年度から「体育だより」をホームページで配信して家庭でできる運動を紹介する。
- ・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。

<その他>

- ・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。
- ・領域ごとに授業の進め方や技のポイントなどを記したデータを校内ネットワークの中で共有して、体育が専門では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。

令和7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>

- 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「上体起こし」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、上体起こしの記録向上に向けて「ゆりかご」や「体幹トレーニング」の取組を、授業の初めに学年に応じて取り入れる。また、5年生においては、ハンドグリップを一人1個配付し、毎朝自分で決めた目標回数を握らせる。
- 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。
- 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。
- 毎週水曜日の業間にラジオ体操やなわとび・マラソンを行い、基礎的な体力を向上させる。また、業間体育の記録を全学年「はぴりゅうスポーツ広場」に入力し、児童の運動への意欲を高める。
- 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、ポスター作りや運動に関するイベントなどを行うことで、全校児童に運動を促す。

<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。

令和7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

目標をもって進んで運動に取り組み、 生きる力を獲得する児童の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

- 業間活動として、味真野マラソン(12月まで)を週に2回実施する。
- 業間活動として、縄跳び(雨天時と3学期から)をはぴりゅうスポーツ広場を活用して週に2回行う。
- 体育に関する情報(体育に関するニュースや授業で取り扱う技能のポイントなど)を提供する。
- 児童の弱みである「握力」を高めるために常時鉄棒を設置するとともに、効果的なグーパー体操を準備体操に加える。
- 児童の弱みである「部分的な力強さ」を高めるためにサーキットトレーニングを推奨し、目的に応じた種目の組み合わせを提供する。
- 児童の弱みである「柔軟性」を高めるために準備体操で動的ストレッチを行う。

<児童の運動習慣の育成について>

- 味真野マラソンでは、「マラソンで冬に桜を咲かせよう」のスローガンのもと、自分やクラスで目標を設定し、目標を達成したり、体を動かすことの楽しさを味わったりすることのできる取り組みを行う。
- 体育委員会で、全校児童が運動に親しむことのできる企画を学期に数回企画する。その際、運動の苦手な児童も体を動かす充実感や達成感を味わうことのできる企画となるようにする。
- 休み時間の外遊びを推奨するとともに、教員が順番に看護当番を行うことで安全に遊べるように配慮する。
- 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、器械運動を苦手としている児童の参加も募り、運動に親しむことのできる環境をつくる。
- 体育の授業では、単なる技能の定着のみを目指すのではなく、心と体を一体として捉え、生涯にわたる心身の健康や保持増進や豊かなスポーツライフの実現を重視する内容となるように留意する。

<その他>

- 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・生命の尊重などの指導を行う。

令和7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

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子の育成
～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。しかし、「長座体前屈」「反復横跳び」「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。

◎体幹・瞬発力を鍛える取組み

- ・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・グループで体幹・瞬発力を鍛える遊びを取り入れる。

◎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」（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。
- ・外で遊ぶ企画を委員会が企画し、教室内にいることの多い児童も外に行き、体を動かして遊ぶ時間が確保されるようにする。

＜その他＞

- ・体育的行事として、5月体育大会、11月マラソンチャレンジ、2月なわとびチャレンジ等を予定しており、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。
- ・王子保小学校、池田小学校と連携して、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7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6年度の体力テストの結果より、本校の課題は大きく全身持久力と筋持久力の2つだと捉える。令和7年度の体力テストにおいては、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。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)⇒全身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、筋持久力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。縦割り班ごとに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 はぴ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。チャレンジタイムを縦割り班で行い、低学年の入力を高学年が支援する。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。定期的に宿題に出すことで、保護者への周知を図る。

② 校内中に、児童が体を動かしたくなる場を設置する。

教室横にテープでマス目を作り、「9マス鬼ごっこ」をしたり、体育館にキャラクターの写真を張り「垂直跳び」をしたりなど、児童が体を動かしたくなるような様々な工夫を校内中に設置することで、日常の運動量を増やす。

<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7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、前向きに体力向上に努めようとする児童の育成を目指して

体力テストの結果から、本校は握力や長座体前屈に課題があることがわかった。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組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、前向きに体力向上に努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について>

今年度は、握力や長座体前屈で各学年の平均が全国平均を上回れるようにしていきたい。そこで以下の取組を行っていく。

- ・体育の授業で、グーパー体操や柔軟運動を準備体操として行う。
- ・体力強化月間に体育の授業で5分間走や縄跳びをする時間を設ける。
- ・授業で積極的に「はぴりゅうスポーツ広場」を活用して記録を残し、自己の成長を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させ、できる喜びを味わわせる。
- ・大休みや昼休みは、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したり外遊びチェックをしたりするなど、児童が楽しく参加することができる活動を実施する。

<その他>

- ・校内体育大会や校内マラソン大会、校内なわとび記録会など、児童が学習の成果を発揮する場を計画する。
- ・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組を行う。
- ・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受ける。
- ・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。
- ・生活リズムチェックカードを年に4回行い、生活習慣の改善に取り組む。また、目の体操を毎日実施することで、健康への意識を高める。
- ・家庭地域学校連絡協議会にて、本校児童の健康面、体力面について協議する。

令和7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 越前市服間小学校

主体的に体力向上に取り組む児童の育成

<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」、4月から11月の雨天時と、11月～3月は、「みんなで跳ぼう」を行う。
- 「みんなで走ろう」…5分間の持久走。校庭のトラックを外回り、内回りで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。
- ・体育カードをデジタル化し、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。それにより、年度末にはアンケートで運動が好き、楽しいという児童が90%を超えるようにする。

<その他>

- ・体育大会で親子競技を行い、親子で運動に親しむきっかけづくりを行う。
- ・マラソン大会・なわとび記録会などでふり回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。
- ・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。
- ・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。

令和7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、50m走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。

50m走→全国平均超え4項目以上(学年男女別)

- ・走力向上につながる補助運動やトレーニングを教員間で共有し、取り入れる。
- ・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)
- ・握力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、ワークシート等を用いて視覚的に変化を捉えられるようにする。

<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。
 - (→はぴりゅうスポーツ広場に記録)
- ・「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。
 - (→はぴりゅうスポーツ広場に記録)
- ・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>

- ・永く伝わる伝統音頭を地域の人から教わり、体育大会で一緒に踊る。
- ・インターネット10ヶ条(メディアアンケート)を年3回実施する。児童と保護者がメディアとの付き合い方について一緒にふり返る機会とする。
- ・すこやか週間にメディアコントロールに関するチェック項目を設け、生活習慣の改善に努める。