

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 坂井市立 三国南小学校

すすんで運動に取り組み、楽しく体力アップ!

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・運動の楽しさや喜びを十分に味わわせるため、スモールステップ(児童の実態に応じた課題の設定)を意識した授業作りについて研究する。また、ポイントを明確にすることによって、「わかる」「できる」と児童が実感しながら知識や技能を身に付けたり、作戦やコツなどを友達と考え、共有することで、思考を深めることができる。その一連のサイクルによって主体的な活動に繋げ、「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」をバランスよく育成していく(ICTも活用)。
- ・単元に合わせ、個人やチームの目標が分かりやすく、児童が技術の向上や達成感を味わえたり、友達のよい点を見つけ伝え合えたりするような学習カードを作成し使用する。
- ・鉄棒を通年で設置し、鉄棒に取り組みやすい環境づくりを行う(握力向上にも繋げる)。
- ・学校内に、体力アップコーナーを設け、運動に親しめる場所と時間を設定する。
- ・また、握力、投力向上のために、全学年で準備運動に「グーパー体操」「ボール投げ」の活動を適宜取り入れたり、業間活動で投の運動を行える場を設定したりするなど、年間を通して取り組んでいく(大谷翔平さん寄贈グローブも活用)。
- ・上記の取り組みを通して、体力テストの平均を男女共に全国平均[Tスコア50]以上を目指す。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・児童一人ひとりが運動、スポーツの楽しさや喜びを味わい、運動の習慣化が図れるように体育的行事を工夫したり、できる限り運動が出来るよう休み時間の過ごし方を工夫(体育館、サッカーゴールの割り振り)したりする。
- ・業間運動を計画的、継続的に実践する。外遊びと中遊びを週2日体制で行う。運動遊びを各種目設定し、児童がしたい運動を選択する。スタンプカードを配付し、児童が自主的にすすんで運動を楽しむ意欲を高める。
- ・はぴスポは、各コースにおいて、教室や家庭内でも行えるような運動をリストアップし、提示することで、雨天時や長期休業中などの運動量が下がる時期にも運動習慣を維持できるようにする。

<その他>

- ・ホームページやお便りを活用し、健康や運動に関する内容を伝えていく(生活習慣に関する内容や長期休業中の過ごし方など)。
- ・養護教諭や生徒指導教員と連携しながら、食生活、睡眠、スクリーンタイム、感染症予防などの健康教育を充実させる。

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 三国北小学校

一人ひとりが目標をもって体を動かし、意欲・体力を向上させよう。

<本校の体力向上の取組みについて>

昨年度の結果から、握力は男子で全国平均並み、女子では全国平均を上回る結果となった。一方で、全国平均と比べて数値が低かったのは、男子が長座体前屈と上体起こし、50m走、女子が長座体前屈と50m走であった。この結果から、本校が伸ばす項目として「柔軟性」「瞬発力」「筋力」の3つが挙げられる。この3つの項目を重点に、今年度は以下の取組みを計画する。

○授業ははじめの準備運動で、柔軟運動を取り入れる。また、「体づくり運動」の一環として、ペアの人数や道具などを工夫し、児童自らが考えて柔軟体操を作るなど、児童が意欲的に柔軟運動に取り組めるような授業を行っていく。また、年間を通して継続的に行えるように体育担当教員に周知する。

○3学期に学校行事として、大縄跳びチャレンジを実施する。瞬発力を鍛えるだけでなく、異学年交流を図ったり、冬季でも積極的に体を動かす習慣を身に付けたりすることをねらいとする。授業の中で練習時間を設けたり、体育館を開放している昼休みの時間を使って練習したりして、瞬発力の向上を図り、運動習慣を身に付けられるようにする。

○授業の中で、5分間走や8秒間走を実施し、目標を設定してそれを達成していく活動を行うことで、走力を高める。そのために年間を通してグラウンドや体育館に場の設定をしておく。

<児童の運動習慣の育成について>

○体育館ギャラリーに鉄棒を常設(3台)し、いつでも鉄棒に親しめるようにする。また、体育館が使える昼休みには、大縄チャレンジに向けて練習できる環境を整えるために、大縄も用意し、瞬発力等の運動能力を高めることをねらいとする。

○児童が休み時間に縄跳び運動に親しめるように、お手本動画のQRコードが付いた縄跳びカードを配付する。跳び方のポイントやコツなどを自らタブレットで調べられるようにするためである。また、チェック項目も設け、直接目で見て達成感を味わえるような手立てを考えている。

○はぴりゅうスポーツ広場を授業時間内や休み時間等に活用し、基礎的な体力の向上と運動習慣を身につける。また、暑さ指数が高く、野外活動が禁止の日には、昼休み等に活用してもらい、なるべく運動する機会を作る工夫をする。

<その他>

○OPTAの育成部と連携をとり、野球・バレーボール・卓球・ドッジビーの大会に向け準備や運営などの協力を行う。

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 坂井市立雄島小学校

雄島っ子パワーアップ大作戦 ～一人一人が目標をもって運動しよう～

<本校の体力向上の取組みについて>

運動会、体力テスト、マラソン大会やなわとび交流会、体育的行事を体育で取り扱っている各運動領域のゴール地点に位置づけ、児童一人一人が自分の目標をもって取り組ませる。それに向かって体育の時間では、練習の機会を確保し、各自の目標に向かって粘り強くがんばる態度を養い、その中で体力向上を図る。

また年間を通して週2回業間に長距離走を行う。周回数をカードに記録することで、目標をもって走れるようにする。

また、月に1回「たてわり遊び」の日を設定し、高学年児童主体で教室、グラウンド、体育館での遊びやスポーツをたてわり班で行い、仲間と楽しみながら、体を動かす機会としている。

<児童の運動習慣の育成について>

「はぴりゅうスポーツ広場」の活用

2～6年生は、4月中に登録し、体育の準備運動の時間や、タブレットを家庭に持って帰る際に家庭ですすんで活用する。

1年生は、夏休みまでに全員の登録を完了させ、活用していく。

「なわとび交流会」の実施

2月に、異学年のなわとび交流会を実施する。それに向けて、体育の授業や、休み時間を使ってなわとびを練習する習慣をつける。

<その他>

「おしまっ子おはようチェック」

早寝、早起き、朝ご飯、心の状態などを学期ごとにチェックし、生活習慣の確認を行い、規則正しい生活を行えるよう意識を高める。

「サーフィン体験」

海に近い立地を生かし、5、6年生が海でサーフィン体験を行う。

「目の体操」

毎朝全校一斉に目の体操を行う。「目の3か条」を、教室に掲示したり、定期的に保健委員会が全校放送で呼びかけをしたりすることで、視力が低下しないように意識を高める。

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

坂井市立加戸小学校

元気に遊び、進んで運動する加戸っ子の育成

<体育の授業について>

- ・授業の始めに決まった距離のランニングを行い、持久力を高めることを目指す。
- ・授業の展開を工夫し、体を動かす時間を多く確保する。
- ・進んで運動したくなる目標を設定し、次回の授業に期待を持てるような振り返りの時間を設ける。
- ・各学年の保健の授業では、自分の生活習慣を見直す時間を設け、運動時間の確保と健康的な生活について指導する。

<児童の運動習慣の育成について>

○業間運動、昼休み

- ・11月にマラソン大会を設定し、それに向けての練習を業間運動に計画する。
- ・体育館とグラウンドの割り振りを2学年ごとに行い、広いスペースを思い切り動けるようにする。ボール類の貸し出しを計画的に行い、設置型遊具に触れる機会を増やし、全身運動の機会を設ける。
- ・冬にはなわとびに取り組めるよう、委員会活動などで業間・昼休みに取り組む計画を立てる。

○クラブ活動

- ・体育的なクラブ（卓球、ボールゲーム、バドミントンなど）をできるだけ多く設定し、運動に親しめるようにしている。また、ニュースポーツも取り入れ、楽しみながら体力向上を目指す。

○委員会活動

- ・体育委員会は、業間や昼休みには各自が遊びながら体を動かせるように呼びかけをしたり、運動遊びなどのイベントを企画したりする。
- ・加戸っ子委員会や6年生は縦割りでの遊びを計画し、楽しんで運動できる時間を多く設定する。

<その他>

- ・子ども会育成会事業（ディスクドッジ、チャレラン、卓球）への参加を促し、運動の機会を増やす。
- ・運動会の競技の精選や内容の見直しなど、教員の負担と効率的な子どもたちの体力向上を両立する。
- ・「はぴスポ」システムを積極的に活用し、児童が楽しんで運動に取り組む機会を増やし、デジタル技術で運動記録を蓄積し、リアルタイムで競い合える環境を整える。

令和7年度 児童生徒体力づくり推進計画書

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 坂井市立三国西小学校

走って、跳んで、投げて、西っ子元気いっぱい！
～縦割り班、クラス等のグループの中でお互いに教え合い・助け合い・励まし合い、
心をひとつにして運動に取り組むことにより、運動好きの児童を育てる～

<本校の体力向上の取組みについて>

- 意欲が高まるような場の設定や学年共通の体育カードを活用し、マラソンやなわとびを通した体力向上を可視化することで意欲的に学習が進められるようにする。
- 年間指導計画に系統性をもたせ、それに基づき体育の授業を進める。
- 運動会の準備運動としてラジオ体操を積極的に取り入れる。
- タブレットを定期的に持ち帰り、はぴりゅうスポーツ広場を活用して、自分の決めた運動課題に積極的に取り組めるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

- マラソン大会（ランニングフェスティバル）
秋に学校周辺道路にて実施する。持久力を育て、最後まで走りぬこうとする態度を養うことを目指す。また自己目標を設定したり、マラソンカードやはぴりゅうスポーツ広場等を活用したりすることで意欲的に取り組めるようにする。
- 運動会との関連
縦割り班対抗での種目を取り入れる。取り組みを通して教え合い・助け合いを目指す。
- なわとび集会（長縄跳び）
1年生から6年生までが一緒に8の字回旋跳びを行うことによって他学年の児童と心を一つにして運動に取り組むことを推進する。冬実施する。
- なわとび大会（短縄跳び）
各学年の発達段階に応じて技跳びを設定し、なわとびカードを活用して回数の記録アップをめざす。調整力と瞬発力、持続力を養い、健康の増進と体力の向上を図る。また、冬期になわとび大会を実施し日ごろの努力の成果を発表し、認め合う機会とする。
- 縦割り班活動
月に1回程度、昼休みの時間を使って、縦割り班で鬼遊びをしたり、ボール運動をしたりする。

<その他>

- 保健の学習の充実をはかり、学習した内容を意識して運動に取り組むようにする。
- 本校では、昼休みには体育館、グラウンド、わんぱく広場を、放課後には学童クラブの児童に体育館や広場を開放し、体を動かすことを奨励する。
- 子ども会活動として、多くの児童が野球、バレーボールに取り組んでいる。他のスポーツ団体に参加している児童も時期になると野球・バレーボールに取り組む。また野球・バレーボール・サッカー・陸上・卓球などのスポーツ少年団・クラブに所属して活動している児童も多いので、それぞれの得意分野を教科体育の中で発揮できるよう指導する。

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 坂井市立平章小学校

運動の楽しさを味わおう

<本校の体力向上の取組みについて>

本校の体力テストの平均値は、多くの項目で全国平均値を超えていたが、各学年別・男女別に見るとそれぞれ低い項目もあるため、学校全体としてさらなる体力の向上を図っていく必要がある。また、児童の主体的な取組みにより、体力の向上も目指していきたい。

- ・ はぴスポを業間活動や行事、体育授業で活用し、児童が楽しんで運動に取り組めるようにする。
- ・ 運動の楽しさや喜びを十分に味わわせるため、スモールステップ(児童の実態に応じた課題の設定)を意識した授業作りについて研究する。また、ポイントを明確にすることによって、知識を思考・判断に繋げやすくしたり、友達と教え合いをしやすくしたりし、最終的に技能を養える授業を行う。その一連のサイクルによって主体的な活動に繋げ、「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力など」「学びに向かう力、人間性など」をバランスよく育成していく。
- ・ 単元に合わせ、児童が技術の向上や達成感を味わえたり、友達のよい点を見つけ伝え合えたりするような学習カードを作成し使用する。(はぴスポも活用)
- ・ 鉄棒遊びを推進し、握力向上に繋げる(5年男子児童、4、5、6年女子児童の握力が全国平均を下回っている)。
- ・ また、投力向上のために、大谷翔平さん寄贈グローブを活用したり、投動作に繋がるクラブ活動(ドッジビー、ドッジボール、バドミントン等)の設置を行ったりする。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・ 児童一人一人が運動の習慣化を図れるように、体育的行事や授業で取り組んだ主運動を、自由遊びに取り組むことができるよう仕組む。(自由遊びの時間も設定する)
- ・ 運動量が下がる長期休業も、はぴスポに取り組む、運動習慣を維持できるようにする。(長期休業の課題として取り組む)

<その他>

- ・ 地域で行われるドッジビー大会や体育的行事について、積極的に児童に発信する。
- ・ 夏休みに行われる地区のラジオ体操に向け、事前に各学年・各クラスでラジオ体操の練習と指導を行う。
- ・ 毎学期に、基本的な生活習慣や心の健康状態を自己チェックする期間を設け、健康的な生活についての意識の向上を図る。また、保護者にその様子を知らせることで、家庭へも健康教育を啓発していく。(ICTやSNS等の使用の仕方も同様)

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 坂井市立長畝小学校

児童の運動意欲を高める体育の実践

<本校の体力向上の取組みについて>

○準備運動にグー・パー体操やなわとびを取り入れる。

準備運動では、毎時間グー・パー体操を取り入れる。力を入れて握ったり、しっかり開いたりすることを伝え、効果のあるグー・パー体操を行う。昨年度の体力テストの結果より、反復横跳びの数値が僅かに平均を下回っていたことから、今年度はウォーミングアップの際に縄跳びを用いることで瞬発力や持久力、リズム感を鍛えていく。

○年間指導計画では同時期に同じ単元を配列することによって、異学年交流を図りやすくするとともに教員間の情報交換も活発になるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

○年間を通して、業間運動に取り組む。

<4月～10月> グラウンドのトラックや遊具での活動

◆全学年：1000m程度の持久走

<11月～3月> 体育館での縄跳び活動

◆全学年：縦割り班での長縄跳び

・「はびスポ」や本校の体育カードを活用して、持久走（高学年）の記録をとり、長期的に見ていく。記録の向上により児童が達成感や充実感を味わうことで、次への意欲が高まるようにする。

・体育の授業や業間体育に取り組み、秋のマラソン大会で、記録の向上を目指す。

・冬期は、縄跳び運動に取り組み、体力向上に努める。縄跳び板を設置することで、意欲的に縄跳びに取り組める場を設ける。ここでも「はびスポ」で目標を設定し、その目標に向けて主体的に取り組めるようにする。また、技の掲示などを行い、児童が自ら挑戦しようと思えるような環境づくりをする。

・縄跳びの技能を発揮する場として、各学年で縄跳び大会を設け、意欲の高まりを目指す。また縦割りで8の字跳びを行い、跳んだ回数を掲示するなど、運動に親しむきっかけをつくる。

○体育委員会が企画・運営を行い、スポーツ大会を実施する。

<その他>

○生活習慣チェックを学期に1回行い、生活習慣の改善に取り組み、心身の健康の保持増進を図る。（早寝、早起き、朝ごはん、あいさつ、運動、心の状態など）

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 坂井市立高椋小学校

運動に親しみ、児童の健康を支える学校づくり

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・体力テストにおける「長座体前屈」の結果が、県平均より約1点低かったため、準備運動において体を柔らかくする運動を定期的に行う。体が柔らかいことのよさを保健(中高学年のみ)の学習で学ぶ。数値目標として福井県の平均を目指す。
- ・体力テスト強化週間を設け、はぴりゅうスポーツ広場を活用しながら、意欲的に取り組むよう声かけを行う。
- ・年間を通してなわとびを活用し、楽しく体力向上を目指す。
- ・「50m走」の結果が平均を超えたことから、今年度もはぴりゅうスポーツ広場やかけっこ教室を積極的に活用し、主体的に運動を楽しむ児童の育成を図る。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・「運動が好き」、「運動が楽しい」と感じる児童を育成する取り組みとして、体育の時間や休み時間に全学年で共通の体育カードを使用したり、体育館の掲示板に鉄棒の技を掲示したりするなどして、意欲をもたせる。
- ・はぴりゅう広場を休み時間に限らず授業中にも活用し、運動の成果が視覚的に分かるよう工夫する。

<その他>

- ・家庭でのはぴりゅうスポーツ広場活用の周知を行う。(長期休みなど)
- ・生活習慣チェックカードを活用し、特に「睡眠時間」(就寝時間)について学校と家庭が連携して、児童の健康の保持増進を図る。
- ・体育に関する行事などのふり返りに、保護者からもコメントをいただき、児童が自己肯定感を高められるような関わり合いの機会を設ける。
- ・PTA等の協力を求め、児童の安全確保に努める。

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 坂井市立鳴鹿小学校

心も体も健康で、すすんで体を動かす児童の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

①ここ数年の体力テストでは、握力、立ち幅跳び、上体起こしの種目に課題がみられる。今年度はその3種目において、以下の目標を設ける。

4年生・・・7割の児童が全国平均値を上回る。

5、6年生・・・全員が昨年度の自分の結果を上回る。

【目標の達成のために取り組むこと】

- ・握力の向上のため、体育の授業で鉄棒や遊具を使った準備運動を取り入れる。
- ・握力の向上のため、体育等でグーパー運動を取り入れる。
- ・立ち幅跳び、上体起こしの値を向上させるために、体づくり運動や体力を高める運動で跳躍や体を起こす運動を積極的に取り入れる。
- ・意欲を高めるために、昨年度の自身の記録をいつでも確認できるようにする。

②体力向上のために、業間運動を行う。業間運動は原則火曜日、木曜日に15分程度行う。5月から11月は時間走に、11月から3月は縄跳び運動に取り組む。天気や気温の影響で屋外の活動ができないときは、はぴりゅうスポーツ広場を活用する。

<児童の運動習慣の育成について>

①毎時間の体育の授業を大切にし、児童が達成感や充実感を感じられる授業作りを行う。

②児童会が主催でスポーツイベントを行い、運動に親しむ経験を行う。

- ・パワーアップデーの開催
- ・体育委員会によるスポーツイベントの開催

③異学年で交流しながら一輪車運動に取り組む。習熟段階に応じた明確なめあてを設け、達成感をもたせる。パワーアップデーで、4、5、6年生による演技をゴールとし、進んで練習に取り組めるように声掛けなどを行う。

<その他>

①体育の授業を行う際は、教員間でよりよい指導法を伝え合い、授業作りに取り組む。

②パワーアップデーと地区体育祭を合同開催し、家庭や地域との連携を図る。

- ・地域の体育協会と共同の開催
- ・親子種目の設定

③給食では、毎月給食目標を設ける。また給食時に校内放送で食に関わる情報を伝える。

④生活習慣を見直す「リセット週間」を年6回設け、睡眠、食事、スクリーンタイムを意識させる。

⑤給食の後に歯みがきタイムを設ける。

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

坂井市立磯部小学校

子どもが意欲的に運動に取り組む態度を養うことで、運動に親しむ資質や能力を高め、健やかな体を育む。

～のびのびと運動ができる環境づくりと体育の授業の改善に重点をおいて～

<本校の体力向上の取組みについて>

- 授業では児童一人ひとりが「めあて」をもって活動できるよう工夫する。ICT等を活用しながら学習したことを記録し、ふり返りと次時のめあてを書くことで児童自身が成長を実感し、自ら意欲的に運動に親しむ態度を育むことができるようにする。
- 5月～7月まで体育館に鉄棒を設置し、授業や休み時間に使用できるようにする。意欲と技能の向上を図るために鉄棒カードや、はぴりゅうスポーツ広場のシステムを使用する予定。
- 委員会活動などを活用し、児童が運動に楽しく親しめるような企画を計画していく。
- 体力テストの結果から、休み時間などで、走る運動に取り組めるような活動を行っていく。
(学校アンケート「運動に楽しく親しんでいると思う」児童の割合で、90%の達成率を目指す。)

<児童の運動習慣の育成について>

- 児童が達成感や満足感を実感できる取組み
 - ・運動会などで、縦割り活動を充実させて実施する。児童が意欲的に取り組む工夫をする。
- 「運動が好き」「運動が楽しい」と感じる児童を増やす取組み
 - ・休み時間を活用して、大休みと昼休みは体育館やグラウンドで積極的に体を動かす遊びを奨励する。体育館は複数学年で使用する。外遊びカードを配付する予定。
 - ・体力テストの結果によると、走る運動に苦手を感じる児童が多いため、にこにこタイムや昼休みに、走る運動に楽しく親しめるような運動を取り入れていく。
- はぴりゅうスポーツ広場について
 - ・運動強化月間などを利用して個人の成績を記録していく。
 - ・なわとびカードの代わりになるものとして活用していく。

<その他>

- 生活習慣チェックについて
 - ・学期ごとに1回実施し、日々の生活リズムを振り返り、望ましい生活習慣の定着を目指す。
- メディアコントロールや情報モラルについて
 - ・外部講師等を活用し、児童や保護者に向けて、指導や啓発を前後期に1回ずつ行う予定。

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 坂井市立明章小学校

健康な体を育成しよう

<本校の体力向上の取組みについて>

- 1.ふれあいタイム(業間運動)の活動を行う。
マラソン(雨天時、冬季 縄跳び)
- 2.ふれあいタイムや昼休みの外遊びを奨励する。
- 3.昨年度の体力テストで男女共に結果があまり良くなかった柔軟性・走能力を中心に改善していく。
体育では、柔軟性を高めるストレッチ・短い距離を力強く走る8秒間走などの運動を行っていく。

<児童の運動習慣の育成について>

- 1.学級活動で、体力づくり・健康づくりの大切さについて話し合ったり指導したりする。(身体測定や
歯科検診時に健康づくりについて指導するなど)
- 2.児童が健康に生活するために必要な体づくりを行うために、体育の授業で汗をかく程度の運動量
を確保する。
- 3.成長時期に応じた適切な保健指導を行い、豊かなスポーツライフを実現しようとする意欲を向上さ
せることを目指す。
- 4.準備運動や基礎体力向上としてコーディネーショントレーニングを取り入れる。

<その他>

- 1.「歯っぴーここからチェック」を活用し、早寝・朝ごはん・歯磨き・スマートルールの習慣化を図る。
- 2.地域共同開催の運動会を行い、地域の方と運動で交流を行う。
- 3.縦割り班大縄を行い、異学年交流を図る。
- 4.長期休業中の家庭での体力づくりを指導する。
- 5.家庭に向けて保健便りで、健康教育の大切さを知らせ、保護者へ啓発する。

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 坂井市立春江小学校

目標をもって諦めることなく、粘り強く課題に向かい、楽しく運動に取り組もう

<本校の体力向上の取組みについて>

○体力テストの結果に基づいた取組み

昨年度の本校の体力テストの結果は、どの学年も多くの種目において県の平均値を下回るものが多かった。特に、「動きを持続する能力(ねばり強さ)」や「力強さ」を測る部分がどの学年においても、1～2ポイント低い結果となっている。そのため、準備運動でコーディネーショントレーニングやサーキットトレーニング、遊び要素を取り入れたトレーニングを行い、体力向上を図る。

○春小タイムの実施

今年度は、①はぴスポ(6月～9月中旬)、②マラソン(9月下旬～11月中旬)、③なわとび(11月下旬～2月)を3つの時期に分けて実施する。はぴスポは、週1回ペア学年で取り組む。マラソンは、各学年週2回、なわとびは、各学年週1回取り組む。練習の成果を発揮する場として、マラソン記録会、なわとび大会を実施する。

<児童の運動習慣の育成について>

○体育委員会企画のスポーツイベントの実施

昨年度に引き続き、各学年のスポーツイベント(ドッジボール大会や鬼ごっこなど)や全校参加のミニ運動会などを企画・運営し、運動に親しむ機会を多く作る。

○「できる」「わかる」を実感できる取組み(AIスマートコーチの活用)

児童の実態に合わせた目標を設定し、段階的に技能の上達を図れるようにする。そこで今年度は、ソフトバンク社のアプリである「AIスマートコーチ」を全学年で導入し、授業で活用する。このアプリを活用して、お手本動画を見たり、2画面で比較したり、骨格解析をしたり、マッチ度を測定したりして、話し合い活動を充実させ、児童に「できる」「わかる」を実感させていく。また、学習カードも効果的に活用していく。

○各学級の運動器具の充実

より多くの児童が運動に取り組むことができるように、今年度より、各学級へボール2つ、ドッジビー1つ、大縄1つを配布する。昼休みに、体育館やグラウンドで遊ぶ機会を増やすようにする。

<その他>

○外部団体との連携

クラブ活動(ニュースポーツ:YOU.FO)・出前授業(ドッジビー)・サッカー教室など積極的に連携する機会を多く作る。

○家庭との連携

様々なお便りを通して、家庭での健康教育の意識を高めていく。また、春小っ子ファイルを活用して、ネット、ゲームの時間、就寝時間について、家族と話し合う機会を設ける。

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 春江西小学校

運動や遊びを工夫して、体を動かすことを楽しむ児童を育てる。

＜本校の体力向上の取り組みについて＞

- ・昨年度の体力テストの結果を踏まえ、投運動につながるようなベースボール型の運動やハンドボール投げなどを重点的に行っていく。また、50m走や反復横跳びの結果から、敏捷性を鍛える運動に取り組んでいく。（どの学年も全国平均を超えられるようにする。）
- ・マラソン大会前となわとび大会前の期間に限定して、業間体育として「パワフルタイム」を設け、全校で運動に取り組む。
- ・冬期間は、なわとび運動に取り組む。縦割り班で長縄跳びを行い、体力向上に努める。
- ・縄跳びの技能を発揮する場として、各学年でなわとび大会を実施する。また縦割り縄跳びでは、児童の意欲が高まるように回数を掲示するなど、児童の運動に親しむきっかけをつくる。
- ・晴れた日にはグラウンドでの外遊びをするように全校に呼びかけ、体育委員会によるスポーツ企画を充実させる。また、縦割り班を活用した外遊びを検討する。
- ・準備運動にグーパー体操やバーピー運動、スクワットジャンプ、柔軟運動、投げる運動を取り入れる。

＜児童の運動習慣の育成について＞

- ・毎時間の目標、ルール、技術の習得の仕方、成果などが分かりやすくなるよう、掲示物や提示の仕方を工夫していく。
- ・はぴりゅうスポーツ広場や学習カードを利用し、児童自身の記録や考えを記していくことで、記録や考えの変容を確認したり、評価の一助にしたりする。
- ・ICT機器を活用して、自分自身のフォームや模範演技を確認できるようにする。また、より高い目標に到達できるよう、友達と指摘し合える時間を設ける。
- ・養護教諭とのTTによる保健の学習を積極的に行うことで、効果的な授業展開をする。

＜その他＞

- ・ベースボール型の運動の際には、外部団体によるコーチの斡旋があれば依頼したい。

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 坂井市立大石小学校

運動を楽しみながら体力アップを目指そう

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・体力テストにおいて握力、上体起こし、20mシャトルランの結果が全国平均値以下となった。また、女子の上体起こしの数値が低かった。そのため、体育の時間の導入でグーパー体操、体づくり運動など多様な運動を取り入れ、まずは全学年において全国平均値を超えるようにする。
- ・陸上運動や器械運動の個人競技のスキルアップだけではなく、チーム競技ではタブレットを活用して、友達と対話・協力しながら、動きのポイントや戦術、チームプレー等を確認し、技能を高める。
- ・体づくり運動や器械運動では、ゆれのある動きや逆さ感覚を養う動きなど、非日常的な体の動きを体験することを重視して積極的に取り組む。
- ・運動会、マラソン記録会等の行事の企画、運営に児童の意見を取り入れ、児童の主体的活動となるよう工夫する。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・保健の学習では、調べ学習やワークショップ・エンカウンターなどを取り入れて、生涯に渡って自分の体や健康に関心をもって取り組むことができる資質、力を育てる。
- ・運動会、マラソン記録会の行事を活かして、児童が運動への意欲や目的意識、目標をもてるようにし、楽しみながら運動する機会を増やす。
- ・マラソン記録会やなわとび大会前には、マラソンカードやなわとびカードを活用し、意欲的に運動に取り組めるようにする。
- ・クラブ活動において、運動系のクラブを設け、コーディネーションスキルを高める運動を取り入れながら、様々なスポーツの楽しみを味わえるようにする。
- ・体育委員会が中心となって、昼休みを利用して、縦割りで遊び、「鬼ごっこ」や「しっぽとり」など楽しみながら運動する機会を設け、運動を好む、楽しむ児童を育てる。

<その他>

- ・「はぴスポ」の活用法について保護者にも周知し、学校だけではなく家庭でも親子で運動に親しむことができるようにする。また、大休みや昼休みの時間を利用して「はぴスポ」に取り組む時間を設け、運動が好きな児童を育成する。
- ・体育で使用したワークシートや体力テストの結果を持ち帰り、児童の運動への取組状況や児童の体力状況を家庭でも話題にしてもらうよう働きかけ、放課後や休日の外遊びを推奨する。
- ・早寝、早起き、朝ご飯が習慣化されるよう、睡眠に関する学習会や親子で学ぶ機会を設け、その重要性について正しい理解を図る。
- ・外部指導者を積極的に活用し、ディスクゴルフやディスクドッジ、卓球、障がいスポーツなど地域で親しまれている運動に広くふれる機会を設ける。

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 坂井市立春江東小学校

体を動かすことが好きな児童を増やし、投能力・俊敏性・跳躍力 UP!!

<本校の体力向上の取組みについて>

（体育の授業について）

○授業前・準備運動の工夫

新体力テストの結果では、投球能力・反復横跳び・立幅跳びで全国平均と同等か3ポイントほど下回った。そのため、準備運動後に紙鉄砲を鳴らしたり、その場でジャンプや大股や小股でダッシュをしたりする時間を設け、児童の投能力・俊敏性・跳躍力の向上に努める。年間を通じて「投げる」「様々なジャンプ」「ステップ」を行うことで、全国平均より3～5ポイント上回るようにしたい。

○学習カードとICT機器の活用

児童の実態に合わせた目標を設定し、段階的に技能の上達を図れるように、学習カードを活用する。その際、絵を加えて視覚的に理解しやすくする。単元を通して毎時間振り返りを書くことで、児童の変化を読み取りやすくする。また、ICT機器を使って、児童の動きを児童同士や教師が確認したり、模範演技を見せたりするなど、積極的に活用していく。スカイメニューの「気づきメモ」を活用し、児童の良い動きや作戦などうまくいった点を記入し、瞬時にみんなの考えを可視化し、より深く考えられるようにする。さらに、はぴりゅうスポーツ広場の種目を精選し、体育の授業で適宜取り入れて入力することで、経年変化を可視化する。

（特別活動について）

○業間運動の実施

春・秋のマラソン大会前には、「なかよしタイム」に火曜日と金曜日に全校でマラソン練習を実施する。9月以降には、低・中・高学年に分かれて、毎週木曜日に「はぴスポ」・「マラソン」・「体育館での運動遊び」をローテーションで実施する。また、冬のなわ跳びでは、はぴりゅうスポーツ広場を活用しながら、短なわ跳びの練習を縦割り班で実施する。

<児童の運動習慣の育成について>

○指導内容と評価の明確化・系統化

体を動かすことが得意な児童、苦手な児童を含めた全員が学習に意欲的に参加できるように児童の発達段階を踏まえ、スモールステップの目標を設定し、段階的に技能の上達を図るようにする。そのために、体育部の先生方を中心に簡易単元計画表を作成する。縦の繋がりがあがる指導、見通しをもった授業展開ができるようする。また、教員同士が指導法など意見交換を活発に行い、よりよい指導ができるようにする。

○休み時間の充実

学級にボール3種類、ドッジビー2つ、大なわ1つを配る。また、竹馬を設置したり、体育館の割り振りをしたりして、児童が自由に体を動かすことができる機会を多く設定する。

○はぴりゅうスポーツ広場の活用について

新体力テストの結果や各コースに載っている種目などの記録を入力し、自分の記録をいつでも見られるようにする。また、体育の時間に加え休み時間でも友達と楽しくできる種目があることを紹介し、体を動かす児童を増やしていきたい。

<その他>

○家庭との連携

給食便り、保健便り等を通して、家庭での健康教育の意識を高めていく。また、学習習慣アップ作戦期間に、スマートルールが守られているのかを確認し、児童のメディアの使用状況等の理解・改善に努める。さらに、ひがしっ子生活習慣チェック（早寝早起き・朝ご飯・運動・スマートルール春江・我が家のルール）を年6回実施し、生活の乱れの改善に努める。

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 坂井市立東十郷小学校

「誰もが成長を実感できる体育の授業」めあてとふり返りによる成長の意識化
「心と体を元気いっぱいにする」 自分の体力に自信を持つ

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・昨年度の体力テスト結果（握力・持久力の課題）を受けて、授業冒頭にランニングやグーパー運動、なわとびを継続的に取り入れ、基礎体力の向上を図る。「みんなの体育」の紙面を活用し、運動のポイントや活動の流れを共有することで、児童が見通しをもって学習に取り組めるようにする。
- ・握力や持久力を含めた体力向上を目指し、「はぴりゅうスポーツ広場」を活用。記録の蓄積やランキング表示により児童の運動成果を見える化し、成長を実感しやすい環境を整えることで、児童が次の目標を主体的に設定し、意欲的に取り組めるよう支援する。
- ・タブレット端末のカメラ機能で、なわとび・マット運動・リレーなどの場面で運動の様子を撮影、再生し、自分や仲間の動きを客観的に振り返る機会を設ける。仲間と改善点を共有することで、苦手な児童も達成感を得られ、前向きに取り組めるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・運動会前にはラジオ体操第1を体育委員中心に全校児童で行う。
- ・体育委員会を中心に、全校児童が参加できるイベントを企画・実施する。
- ・休日等にははぴりゅうスポーツ広場に取り組み、家庭での運動習慣を促す。
- ・学校評価にて「進んで運動する児童」が90%以上になるように取り組む。

<その他>

- ・地区のドッジビー大会に向けて、地区の役員と協力して放課後の練習会の実施。
- ・「早寝・早起き・朝ごはん」などの生活習慣が確立できるよう、全家庭に啓蒙する。
- ・家庭との連携を密にし、栄養教諭主導の食に関する授業を行い、食と健康な体作り、体力の向上との深いかわりについて啓発し、体力の向上には食生活が大きく関係することを勉強する。
- ・学校評価にて「早ね・早おき・朝ごはんを毎日実行できる児童」が90%以上になるように取り組む。
- ・目や歯の健康を推進するために、週1回のビジョントレーニングや学校医と連携した歯の健康に関する指導を行う。
- ・体育委員会を中心に「はぴりゅうスポーツ広場」の活用を促す等、児童がいつでも運動を楽しむことができるような環境づくりに取り組む。

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 坂井市立大関小学校

目標をもって運動に取り組み、運動に対する意欲及び体力の向上を図る。

＜本校の体力向上の取組みについて＞

それぞれの学年でカードなどを利用して目標をもたせ、意欲的に運動に取り組むことができるように工夫する。また、タブレットで自分の動きを撮影し、自分で改善点を考えたり、友達と教え合ったりする活動を取り入れる。

★低学年→様々な運動遊びを通して、体の動かし方を身に付ける。

逆さま感覚やぶら下がり感覚を身に付ける。

★中学年→より巧緻性の高い動作を身に付ける。

相手を尊重する態度や規則を守る態度を身に付ける。

★高学年→様々な活動を通して持久力を付ける。

めあてをもって主体的に学習に取り組む態度や、最善を尽くして運動する態度を身に付ける。

＜児童の運動習慣の育成について＞

学校行事の機会を活用し、児童の運動への興味関心を高める。また、それらの行事を1つの目標として、継続して主体的に運動に取り組む態度を育成する。マラソン大会に向けては、週3回程度全校で時間走を行う。また、なわとび記録会に向けては、異学年で活動を行い、縦割りペアで技の教え合いや大縄で交流を深める。日々の業間運動として、晴れた日には、外遊びを重視して行う。

○「アクティブワン」の内容について

10月・・・マラソン月間（業間週3回5分間程度） マラソン大会に向けて

1月中旬～2月中旬・・・なわとび月間（業間週2回） なわとび記録会に向けて

＜その他＞

中学年の保健の学習として、健康な生活について学習し、自分たちの身体の成長について理解を深める。高学年では、けがの防止や病気の予防（感染症対策を含む）についても理解を深める。

学校便り、保健便り、学年便りなどで児童の体力の実情や運動の様子を伝え、家庭でも運動に取り組むように呼びかけをしていく。

はぴりゅうスポーツ広場を活用し、児童が体を動かすことを習慣化し、運動に対して積極的に取り組む態度を養う。

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 坂井市立兵庫小学校

元気な兵庫っ子

～仲間と高め合いながら自身の体力向上を目指す取り組み～

＜本校の体力向上の取組みについて＞

- ・体育で行う準備運動の中に「グーパー体操」を取り入れ、握力の向上に努める。
(体力テスト「握力」において男子：4年16kg・5年20kg・6年23kg/女子：4年16kg・5年：20kg・6年：24kgを目指す)
- ・各学年の授業に加え、業間活動では、全身の体力向上を目指し、週2回のマラソンや縦割り運動などを行う。（らんらんタイム）冬期には縄跳び(短縄)を行い、持久力の向上に努める。
(体力テスト「20mシャトルラン」において男子：4年60回・5年65回・6年65回/女子：4年40回・5年50回・6年55回を目指す)

＜児童の運動習慣の育成について＞

- ・マラソン大会やなわとび大会では、異学年でペアを組み、励まし合いながら体力向上を目指して活動できるようにする。また、児童が目標をもって意欲的に活動ができるようにするため、マラソンがんばりカードや、なわとびカードなどの記録用紙を活用する。
- ・はびりゅうスポーツ広場を活用して、児童がそれぞれ目標をもって運動に取り組むことで、運動が習慣化することを目指す。

＜その他＞

- ・学校に併設されている児童クラブに体育館を開放し、運動できる環境を提供する。
- ・グラウンドおよび体育館に体づくりのためのチャレンジコーナーを設置する。
- ・夏季休業中のラジオ体操会やウォークラリー大会等への積極的な参加を呼びかける。

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 坂井市立木部小学校

進んで運動し、心身ともに健康な体を育てる

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・自ら進んで運動に親しむ態度と能力を養い、基本的な運動能力の育成に重点を置く。児童が主体的に体を動かし、体の動かし方のポイントを見つけるような学習の流れを工夫したり、ICTを活用したりして、児童が意欲的に学習に取り組むことができるようにする。また、子どもの能力差に応じた自発的、自主的な学習活動を保障する学習環境の工夫を進めていく。さらに、例年6月に行っている体力テストの結果を子どもたちにフィードバックし、不足している力を補うような運動や遊びを紹介し、休み時間や家庭で自ら進んで取り組むように奨励する。
- ・保健の授業では、体の発育・発達や心身の健康などに関する知識について身に付けていく。また、これらに関連付けて指導していくことで、生涯にわたって自己の健康を保持増進するために、進んで取り組む態度につながる資質・能力を身に付けることができるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・昨年度の体力テストの結果では、20mシャトルランで全国平均や県平均と同水準か、やや下回っていた。児童のマラソン練習への意欲向上のために、児童らの頑張りが視覚的に分かるように、校内掲示を行ったり、業間活動で、はぴりゅうスポーツ広場を活用したりする。
- ・マラソン記録会を11月に実施する。記録会に向けて、業間マラソンを金曜日に行い、5分間走を行うことで、体力アップを目指す。また、練習期間の初めと最後に本番のコースで試走を行い、自己目標を設定し、自己の成長を実感できるようにする。
- ・冬季の業間縄跳びを全校で実施する。縄跳び集会を開いて、練習した技を児童が互いに披露したり、縦割り班ごとの8の字跳びや大縄跳びなどを行ったりしながら、集団における活動の中で、子ども一人一人が楽しんで取り組むことができるようにする
- ・はぴりゅうスポーツ広場を活用し、児童の運動への意欲向上を図る。今年度からは児童の自発的な取り組みだけでなく、学校全体としても、縦割り活動の中で、はぴりゅうスポーツ広場を活用し、お互いに励ましたり、教え合ったりしながら、さらなる運動意欲向上を図る。

<その他>

- ・ラジオ体操の取組みとして、夏季休業前に全校でラジオ体操の練習を行う。