

(別紙様式1)

令和8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 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児童会主体の企画、固定遊具・器械器具等の使用推奨等）
- ・準備運動に体力向上につながる運動や運動遊び、主運動につながる運動を積極的に取り入れる。
- ・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）と年間指導計画を関連させ、各領域の運動を通して体力の向上を図る。

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50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>

- ・全学年の体育の授業において、専門性の高い教員が担当できる体制を整える。
- ・公民館と連携し、地域住民に外部指導者として協力して頂き、クラブ活動（スポーツ）の充実を図る。
- ・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。

(別紙様式1)

令和8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」

未来につなげる心身の健康を自ら目指す

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・「のびのび運動(業間体育)」を週に2回実施し、自分の目標に向けて、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、男女ともに反復横跳びの記録が低くなっていることや女子の上体起こしの記録が低くなっているため、週に1回、体育館で縄跳びを行い、体幹の強化に取り組む。
- ・秋に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。時間走記録会に向けての練習では、ペア学年での練習を取り入れる。また、はぴりゅうプロジェクトを活用し、進んで練習に取り組んだり、体を動かしたりするように働きかける。
- ・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なわとび運動に取り組む。縄跳び大会の練習には、はぴりゅうプロジェクトを活用し、児童が自らとんだ回数などを入力することで、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、体育委員会を中心として、全校児童参加型の委員会企画を計画する。1・6年生、2・5年生、3・4年生のペア学年での実施を計画し、低学年でも楽しむことができる内容にすることで、運動が苦手な児童や体を動かす時間が少ない児童でも楽しく参加できるようにしていく。
- ・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。2月には、大縄記録会を行い、それぞれのたてわり班の1年間の練習の成果を発揮できるようにする。
- ・家庭での運動時間が増えるように、はぴりゅうプロジェクトで記録する取組を行うと共に、保護者にはぴりゅうプロジェクト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。今回は、秋の時間走記録会の日程に合わせて実施し、生活面と体力面の両方を強化していく。
- ・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。

(別紙様式1)

令和8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。
 - ・全校で足並みを揃え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）を実施する。
 - ・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、課題を見付けたり、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 → 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、週に1回程度スポーツ広場の種目を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>

- みなみサンスポーツフェスティバル（体育大会）やランランフェスティバル（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。
- 学校保健委員会として、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。

(別紙様式1)

令和8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

基礎体力の向上と心身の健康づくりに主体的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>

- ・昨年度の体力テストの結果から、握力に課題が見られる児童が多かった。握力は日常生活の動作や運動技能の基礎となるため、継続的に強化していく必要がある。授業では、鉄棒での支持運動やグーパー体操を年間を通して実施していく。また、握力グリップを各学級に配布し、休み時間等に自由に鍛えられる場を設定する。
- ・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。「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。
- ・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。
- ・委員会で大人数で体を動かす活動を企画し、体を動かす楽しさを味わうことができるようにする。
- ・縄跳びの活動期間やジャンプ台の設置数が少ないため、縄跳びへの意欲の低下が見られた。ジャンプ台を教室に配備したり、なわとび検定表カードを用いたりして、児童の縄跳びへの意欲を高めていく。また、全校体育での縄跳び活動を増やしていく。
- ・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>

- ・昨年度は、毎週自分で設定した目標をもとに、メディアコントロールが行えるようにしており、自分でメディアとの付き合い方を考えようとする姿が見られた。今年度も毎学期1度のメディアコントロール週間や、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。
- ・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。

(別紙様式1)

令和8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、体の動きを高める運動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。

○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。

＜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、ニュースポーツも取り入れて、運動が苦手な児童も、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、業間のフリータイムと昼休みに曜日ごとの学年割当て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長縄を使った8の字跳びや、個人での短縄跳びタイムを設定し児童の体力向上を図る。

(別紙様式1)

令和8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 大虫小学校

大虫っ子パワーアップ大作戦

～進んで運動し、楽しく続ける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は、50m走の数値が他項目に比べ低い傾向にあったため、準備運動前の周回走・時間走を毎授業取り入れ(高学年)、走力の向上を図る。
- ・体育の準備運動では、主運動につながる運動遊び(コーディネーショントレーニング)を行い、敏捷性や巧緻性などの基礎的な運動能力の向上を目指す。
- ・スポーツ鬼ごっこやリレー遊びなど、楽しみながら走力向上につながる活動を体育授業に取り入れ、運動に苦手意識を持つ児童も参加しやすい環境づくりを行う。
- ・昨年度は、継続的な業間運動に取り組んだことで、シャトルランにおいて体力向上が見られた。今年度もマラソンやなわとびを行う業間運動を継続して週2回実施する。持久力のさらなる向上と安定した運動習慣を目指す。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・委員会活動を中心に、「校内リレー大会」といった運動イベントを企画し、楽しみながら運動に親しむ機会を増やす。仲間と励まし合いながら運動する楽しさを感じられるようにする。
- ・「はぴりゅうスポーツ広場」に業間運動などの記録を蓄積し、自身の成長を実感できるようにすることで、主体的に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、「もっと挑戦したい」「進んで運動したい」と感じる児童を増やす。
- ・デジタル情報基盤を活用し、画像や動画を通して自身の動きを確認できるようにすることで、正しい動きを身につけるとともに、「できた」「わかった」を実感できる授業づくりを行う。

<その他>

- ・夏休みや冬休み等の長期休暇には、「はぴりゅうスポーツ広場」の課題を活用し、家庭でも継続して運動に親しむ機会を設ける。
- ・PTAや地域と協力し、スポーツ大会や体験活動を実施することで、地域全体で児童の運動習慣を支える環境づくりを進める。
- ・体育行事や体育的活動の様子を、校内掲示や学校ホームページ等を通して家庭・地域に発信し、運動への関心を高める。
- ・養護教諭と連携し、感染症対策、生活習慣、目と歯の健康、熱中症予防、生命尊重などについて保健指導を行い、健康への意識向上を図る。

(別紙様式1)

令和8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。
- ・体育の授業でもふり返し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。また、ICTを活用し、お手本動画を利用し、自分の体の動きと比較して、良い点や改善点を見つけさせる授業構成をする。
- ・R7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。また、的あて板を設置したり、各クラスに大縄・ボールを設置するなどして、遊びの中から「運動は楽しい」と思えるような環境を設定していく。

<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8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 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】

- ・単元の始めのオリエンテーションでは、どのように学びを進めていくか見通しを持つとともに授業の中で「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、解決できるように促していく。
- ・昨年の体力テストでは、柔軟性に課題があったので、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を取り入れ、個人で2cmアップを目標に取り組む。また、瞬発力を高めるダッシュやジャンプをリズムに乗り、楽しみながら行えるよう工夫する。

【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。
- ・マラソン大会では、自分に合った距離やスピードなどを選択することで、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】

- ・毎週木曜日、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>

- ・体育館ギャラリーから様々な高さの目標物を吊してジャンプタッチできるようにするなど、思わず体を動かしたくなるような環境整備に努める。
- ・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する。
- ・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。

(別紙様式1)

令和8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、昨年度の体力テストで課題となった短距離走の強化として、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継続して行う。上体起こしの強化として、定期的に練習を行う。
- ・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（1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

- 5月 縦割り班8の字跳び練習
- 6月～ はぴりゅう広場チャレンジ
- 9月～ 持久走（時間走） 短縄跳び練習
- 1月 縦割り班ドッジボール練習・大会
- 2月 縦割り班8の字跳び練習・大会

＜その他（家庭や地域、外部の団体や指導者等との連携策）＞

- ・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。

(別紙様式1)

令和8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

運動を楽しみながら、挑戦し続ける姿勢の育成と 心身の健康を図る

<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全国平均と比べて低い結果となった。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。また、記録を向上させるには、運動が苦手な児童も運動を好きになり、意欲的に活動に参加することを大切にしていきたい。

そのために下記の取組を実施する。

- ・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:様々なジャンプ動作、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もって、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。
- ・業間運動として、火曜日と木曜日の晴天時には5分間走を実施する。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。また、第3木曜日には体育委員が考えた全校運動を行う。鬼ごっこなどの運動遊びから、運動を楽しみながら、児童の体力向上を図る。
- ・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、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。
- ・授業では、児童の「できた」という喜びを大切に、次の活動へ挑戦したくなるような授業づくり、声掛けをする。児童が達成感や満足感を実感できるよう工夫することで、「運動が好き」「運動が楽しい」「進んで運動したい」と感じる児童を増やし、挑戦し続ける姿勢の育成、心身の健康を図る。
- ・運動に親しむ活動を、委員会を中心に、児童で考えていく。

<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。

(別紙様式1)

令和8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、はぴスポを活用しながら主体的に体力の向上を目指す。

<本校の体力向上の取組について>

- 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「反復横跳び」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、反復横跳びの記録向上に向けて「ミニハードル」や「ラダー」を活用した取組を、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「はぴスポ」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、はぴスポを活用したイベントを行うことで、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、指導を行い、はぴスポへの入力を促す。
- 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。また、自主的な課題に、学年に応じたはぴスポの種目を入れる。
- 家庭でも積極的に「はぴスポ」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。

(別紙様式1)

令和8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

生涯にわたって運動を楽しむことのできる素地を養う

<本校の体力向上の取組みについて>

☆児童が「できた!」を感じる場面を増やすことで運動を楽しむことの素地を作る。

○授業ではできるだけ多く運動量を確保し、児童が満足できる授業展開を心がける。

○前年度の体力テストの結果から見えた「握力」「柔軟性」についての課題を踏まえ、準備体操に動的ストレッチや「変形ダッシュ」を取り入れたり、学校にある鉄棒や雲梯などの固定遊具、教室に配備しているハンドグリップを積極的に活用したりすることで、瞬発力や握力投力の向上を目指す。整理体操としての静的ストレッチも積極的に取り入れる。

○授業の初めにサーキットトレーニングなどを行うことで様々な部位をバランスよく動かし、授業で自分の体を十分に使える状態にする。

<児童の運動習慣の育成について>

○業間に週1回の全校マラソンを実施する。雨天時は「なわとびタイム」を実施する。それぞれカードを配布し、マラソンカードでは1周時のタイムをもとに6分間に何周走れるか目標を設定し、意欲的に取り組むことができるようにする。1・2学期の終わりには体育委員がカードを回収し、各クラスの上位3名にはオリジナルの賞状を渡す。また、なわとびカードでは縄跳び大会での入賞記録を提示し、入賞に向けて練習できるようにする。また、既定の目標の達成者を体育館や廊下に掲示したり賞状を配布したりすることで意欲を持たせる。

○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、苦手としている児童の参加も募り、運動に少しでも親しんでもらえるようにする。

<その他>

○校内体育大会前や夏休み前など、定期的にラジオ体操を準備運動に取り入れる。

○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、体重測定の時間に健康・生命尊重などの指導を行う。

(別紙様式1)

令和8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」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、全種目で、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、球技におけるルールを自分たちで考えるなど、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、体を動かして遊ぶように促す。

<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いる。それぞれ、テーマ・目標を設定し、充実を図る。
- ・家庭と連携し、児童自身で心身の健康管理ができるよう、指導を継続的に行う。
- ・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。
- ・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。
- ・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。

(別紙様式1)

令和8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7年度の体力テストの結果より、本校の課題は大きく筋持久力と跳躍力の2つだと捉える。
令和8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持久力(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。

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。これらの行事に臨むに当たり、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。挑戦状機能を効果的に活用したり、積極的に入力している児童の記録を定期的に周知したりすることで、他の児童の意欲を喚起する。定期的に家庭学習として取り組むことで、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。

児童玄関に握力計を設置したり、体育館にキャラクターの写真を貼り「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、自然と日常の総運動量を増やししながら、本校の課題である筋持久力や跳躍力を養いたい。

＜その他＞

保健領域では、養護教諭や外部指導者等と連携し、「性教育」「がん教育」「安全教育」「食育」などを計画的に実施し、健康教育を充実させていく。

(別紙様式1)

令和8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、自主的に体力向上に努めようとする児童の育成を目指して

本校の体力テストの結果から、握力や長座体前屈、反復横跳びの項目において県平均よりも低いことがわかった。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、自主的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、反復横跳びで各学年の平均が県平均を上回ることができるようにしていきたい。そのために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。
- ・体力強化月間に全校で5分間走やたてわり班で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。
- ・家庭地域学校協議会にて、本校児童の健康面、体力面について協議する。

(別紙様式1)

令和8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 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(火・木の2回実施)で、4月～11月は「みんなで走ろう」、4月～11月の雨天時と、12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。
- ・体育カードを紙のものとデジタルのもの(ハピスポ等)を組み合わせ、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振り返りカードを家庭に持ち帰り、保護者に感想を書いてもらうことで、児童の意欲の向上へとつなげる。
- ・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、児童一人一人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。

(別紙様式1)

令和8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、以下の取組みを実施する。

50m走→目標：全国平均超児童 70%

- ・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→目標：全国平均超児童 70%

- ・グーパー体操を継続して行う(→はぴりゅうスポーツ広場に記録)
- ・肋木や鉄棒を用いたぶら下がり運動を準備運動に取り入れる。
- ・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→目標：記録向上児童割合 80%

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、以下の取組みを実施する。

- ・「元気に走ろう！」(業間運動)
 - …5～11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)
 - …11～2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…ウェルネス委員会による運動啓発企画を実施する。
(屋外での運動、体力テストの低位種目、等に関わるもの)

<その他>

- ・永く伝わる伝統音頭を地域の人から教わり、体育大会で保護者と一緒に踊る。
- ・インターネット10ヶ条(メディアアンケト)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。