

(別紙様式2)

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 越前町立朝日中学校

自己評価・他者評価を活用した協働的な学びを通して、学習意欲の高まりと、体力、技能の向上を図る取組み

＜本校の体力向上の取組みについて＞

○本校の昨年度の体力テストの結果で、結果が思わしくなかった種目として、次の種目が挙げられる。

男子：持久走、反復横跳び

女子：立ち幅跳び、ボール投げ

※2年生女子（昨年度1年生）に至っては、長座体前屈以外の種目が県平均より下回っている。

そこで、瞬発力や敏捷性を高めるために、ジャンプ系や足をすばやく動かす運動を準備運動の後の補強運動として取り入れていく。ボール投げに関しては、ベースボール型の運動やバレーボール、バスケットボールの授業でボールを投げる運動を積極的に行っていく。

○持久力の向上を目的として、5月上旬に校内マラソン大会を実施する。大会に向けて、体づくり運動や陸上競技の授業を通して持久力を高めていく学習を行う。

○器械運動の授業では、補強運動として器械運動の器具や縄跳び等も用いて、サーキットトレーニングを実施する。敏捷性、筋力、持久力の向上を目的とする。

○長期休業中の体力づくりについて、体育委員会で内容を検討し実施を呼びかける。

○体力テストの結果を運動部顧問に提供し、各部のトレーニングに生かす。

＜生徒の運動習慣の育成について＞

○学習カードを用いて、自己評価や他者評価を行いながら授業の振り返りをする。また、次の授業のめあてをもたせる。

○单元ごとに、ペアやグループ活動を取り入れ、生徒同士の話し合いや学び合いの機会を設ける。

○ICTを活用し、分かりやすい授業の展開に心掛け、正しいフォームなどを客観的に見て確認し合う活動を取り入れる。

○陸上競技の单元等で、目標突破者や記録上位者の記録を掲示し、意欲を高める。

＜その他＞

○社会体育活動や総合型地域スポーツクラブ（えちぜんスポーツクラブ）への参加を積極的に呼びかける。

○各部活動ごとに、目標を立て、校内に掲示することで、部活動に対する競争意識と意欲を高め、競技力の向上を図る。

○委員会活動を通して、昼休みの積極的な体育館の利用や熱中症の予防などについて呼びかける。

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 越前町立宮崎中学校

自ら学び、共に高め合い、生涯にわたって
健康的なライフスタイルを築こうとする生徒の育成

＜本校の体力向上の取り組みについて＞

- ・運動能力測定の結果を見ると、持久力とハンドボール投げに課題が見られる。話し合いやICT活用などによる運動量の減少が持久力の低下の要因になっていると考えられる。授業形態は変わらずに持久力を高めるために、授業の初めに5分程度走ることを取り入れたり、縄跳びを取り入れたりしながら持久力の向上に努めたいと考える。また、部活動時には、1000m程度走ることも推進していきたい。球技の学習では、キャッチボール等の投げる運動を多く取り入れ、全身を使って投げることに慣れさせたい。

＜生徒の運動習慣の育成について＞

- ・本校の教育目標「主体性・協働性・創造性の育成」を踏まえ、生徒自らが目標（めあて）をもち、主体的に課題と向き合う授業づくりに努める。
- ・体育祭、校内スポーツ大会など、体育委員会を中心とした生徒主体の体育的行事の計画立案・準備・運営などを通じて、支えるスポーツ活動の充実を図る。

＜その他＞

- ・部活動懇談会を開催し、部活動が生涯スポーツにつながるよう活動の意義や指導方針を伝えたり、保護者の思いを聞いたりすることで、家庭との連携をより深める。
- ・地域のスポーツイベントへの積極的な参加を促し、地域の方との交流を深める。
- ・保健学習では学校生活や社会生活と関連性のある学習課題を設定し、健康で安全なライフスタイルを築くことに関心を向け、自分の健康は自分でつくるという意識を高める。

令和8年度 児童生徒体力づくり推進計画書(中学校・高等学校用)
～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前町立越前中学校

自ら求め、磨き、高め合う生徒の育成

・自分の健康と体力に興味関心を持たせ、主体的に体力向上に取り組ませる。

<本校の体力向上の取組みについて>

- 持久力や柔軟性、筋持久力、瞬発力を高める運動を取り入れる。
- 時間走や補強運動を継続的に行い、体力の向上に努める。
- 体力テストの結果をふまえ、生徒一人ひとりが自己の体力を振り返り、更なる体力向上を目指す。※体力テストの結果のファイリング、結果の考察を行う。
- 1年～3年まで各種目の学習カードをファイリングし、記録の伸びを確認する。
- 4月にマラソンを取り入れ、基礎体力づくりを行う。
- 各部活動ごとの体力テストの結果を配付し、今後のトレーニングに生かす。
- 全ての運動部が集まって、合同トレーニングを実施する。(冬季 週1回程度)

<生徒の運動習慣の育成について>

- 全ての生徒が運動に興味を持ち、運動が楽しいと感じられるように授業の導入を工夫する。
- 生徒一人一人に細かく目標(課題)設定させる。
- 目標(課題)を共有し、ペアやグループで課題解決に取り組ませる。
- 体育授業の学びを試す場として、球技の試合やダンスの発表会等を行う。
- 保健の学習を通して、健康・安全に関する理解を深め、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を養う。
- タブレットの活用。映像資料や様々なアプリを活用し、生徒の興味関心を引き出す。
- 各種目の記録上位者を掲示し、生徒の意欲付けにつなげる。

<その他>

- 生徒数減少を見据え、近隣の中学校と協力して部活動を行う。
- 部活動の大会結果や活動状況を掲示物やお便りにて積極的に知らせる。
- 各部活動顧問の共通理解のもと部活動の活性化と体力向上を目指す。
- 学校外のクラブで活動する生徒の活動状況を把握し、大会結果などを他の部活動と同じように掲示する。
- 地区や小学校の体育的行事への参加を積極的に呼びかけ、地域との連携を深める。
- 学校栄養教諭と連携し、全学年において食に関する指導を行う。
- 学校カウンセラーと連携し、心の健康教育やリラクゼーション法の実習を行う。
- 外部機関と連携し、薬物乱用防止教育や救急救命講習等を実施する。

(別紙様式2)

令和8年度 児童生徒体力づくり推進計画書(中学校・高等学校用)

～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 越前町立織田中学校

- ・生徒が生き生きと活動に取り組む体育的活動
- ・活動を最後までやり遂げる生徒の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・年間をとして準備運動にストレッチや補強運動を取り入れ、基礎体力の向上に努める。
- ・令和7年度体カテストの結果において、50m走が全国平均(令和5年度)より女子2学年以外低い傾向にあった。足首の安定を図れる運動や、正しいフォームを意識させて基礎練習に取り組ませる。

<生徒の運動習慣の育成について>

- ・記録を計測できる種目に関しては、学年ごとの目標記録を示し、目標記録突破者や記録上位者のランキングを提示し、生徒の意欲向上に努める。
- ・ICTを効果的に活用し、記録のグラフ化や動画撮影による動作の確認を行うことで生徒の「わかる」「できる」が実感できるように取り組む。
- ・「する・見る・支える」観点で学校行事(夏季壮行会/体育祭など)を通して伝え、生涯にわたって運動に親しめることを理解させていく。

<その他>

- ・町や地区が企画するスポーツイベントについて情報を発信し参加を促す。
- ・消防署と連携し、救命救急や止血法の実技を行っていく。