

(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 松岡小学校

元気パワーアップ作戦

コーディネーションなどいろいろな運動を通して、体を動かす楽しさを味わおう！
～一人ひとりがめあてをもって、進んで運動に取り組むことができる児童の育成～

<本校の体力向上の取り組みについて>

- ・児童の発達段階に合わせて、授業を系統的に行う。各学年で行う体操について学校全体で共通理解を図ったり、運動領域ごとに準備運動を工夫したりと、6年間を通して様々な動きを習得できるよう計画していく。
- ・猫ちゃん体操やラジオ体操、音楽に合わせたセット運動、または、距離や時間を決めての長距離走など各単元の特徴に応じたウォーミングアップを授業の導入で行うことで、授業内の運動量の確保と技能の向上を図る。
- ・短距離走の走力向上を目標に、高学年ではフォームなど詳しく指導する。そして、タイム向上につながるよう瞬発力や敏捷性を高める補強運動メニューを取り入れる。
- ・心肺機能(持久力)向上のために、マラソン体験会期間の松小タイムに5分間走をする時間を設ける。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・ICTを用いて、児童は自身の動きを確認したり、仲間とアドバイスし合ったりと運動が分かる、できるといった体験を多く積ませることで、運動が好きになる児童を増やす。
- ・松小タイムや昼休みには、学校行事と関連付けて時間走やなわとび練習、鉄棒などの時間を設け、目標を持たせながら体力の向上を図れるよう工夫する。
- ・児童には運動が得意、不得意ということに関係なく、運動を楽しむことの大切さや安全確保に関する知識など、スポーツの意義や価値にふれることができるようにする。
- ・体育大会に向けて委員会や高学年で大会の運営を担うことで、児童が主役となる体育大会にしていく。その中で、競技力向上への意欲を高め、体育の時間だけでなく休み時間を用いて、学年で積極的に練習できるよう配慮する。

<その他>

- ・ラジオ体操は、プール学習前や夏季休業前に授業で取り組む。体育大会の準備運動でも行う。夏季休業中には、可能な限り地域のラジオ体操に積極的に参加するよう呼びかける。
- ・はぴりゅうスポーツ広場を活用し、学校や家庭での運動機会の創造、啓発を行い体力づくりに自主的に励む児童を増やす。

(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 永平寺町吉野小学校

一人ひとりがめあてをもち、運動の楽しさを味わおう！

～「確かな知識・技能の獲得」「協働の大切さ」「運動習慣の育成」を重視して～

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・器械運動において、猫ちゃん体操を授業の導入に取り入れ、準備運動による器械運動に必要な技能の定着を図る。
- ・各単元の特徴に応じたウォーミングアップを授業の予備運動として行うことで、運動量の確保と技能の向上を図る。
- ・体育的行事(体育祭、マラソン大会、スキー学習、なわとび大会)を通じて、児童がめあてをもち、最後まで努力しようとする態度を育成する。
- ・体育祭に向けて、本校の伝統である「よさこいイッチョライ」や「一輪車」の集団演技に取り組み、統一感のすばらしさや面白さを体感して、児童が自己実現できるようにする。
- ・業間運動でマラソンや大縄跳びに継続的に取り組み、体力の向上を図る。また、その手立てとして、「はぴりゅうスポーツ広場」を活用し、楽しみながら技能の向上を図るとともに、生涯を通して体力づくりに取り組む態度を育てる。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・業間体育で、高学年が低学年に対して、一輪車が乗れるように声掛けや補助を行うことで、伝統を引き継ぎ、一輪車への興味・関心を高められるようにする。
- ・業間体育で、「はぴりゅうスポーツ広場」を活用したり、休み時間での活用を促したり、日常的に運動に親しむ機会を増やす。また、タブレット端末の持ち帰りを行っている学年においては、友達や家族と簡単な運動に気軽に取り組むことができる本サイトを家庭でも活用するように促し、「運動が好き」「運動が楽しい」「進んで運動したい」と感じる児童が85%以上になることを目指す。
- ・特に高学年において、ICTを用いて、児童が自身の動きを確認したり、仲間とアドバイスし合ったりして、運動が分かる・できるといった体験を多く積ませることで、運動が好きな児童を増やす。
- ・児童には運動が得意、不得意ということに関係なく、運動を楽しむことの大切さや安全確保に関する知識など、スポーツの意義や価値にふれることができるようにする。

<その他>

- ・ラジオ体操は、プール学習前や夏季休業前に授業で取り組む。体育祭の準備運動でも行う。夏季休業中には、可能な限り地域のラジオ体操に積極的に参加するよう呼びかける。
- ・スキー教室では、保護者ボランティアや講師を依頼して、一人一人に合った技能の向上に努める。
- ・タブレット端末の持ち帰りを行っている学年においては、「はぴりゅうスポーツ広場」を活用し、家庭での運動機会の創造、啓発を行い、体力づくりに自主的に励む児童を増やす。

(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 永平寺町御陵小学校

- 運動することの楽しさに気づき、すすんで運動に取り組めるようにする。
- 体力や技能の向上を確認できる授業づくりを行い、児童一人一人が達成感を味わえるようにする。

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・体育の授業では、準備運動としてグラウンドを走る、縄跳び（大縄跳びを含む）をする、柔軟体操を行うなど、怪我の防止だけでなく、単元に応じて、授業に必要な動きを取り入れる。
- ・業間運動を活用し、ランニングに取り組む。ランニングは、学年によって周回場所を変えて行う。
- ・昨年度の体力テストでは、上体起こしの数値に課題が見られたので、体幹強化のため業間運動や昼休みに縄跳びに取り組む。
- ・地域の特性を踏まえ、全学年がスキーに関する授業を行う。5、6年生は、スキー教室において技能の向上を図る。
- ・保健領域の授業において正しい知識を得るとともに、生活習慣を振り返ったり、生活場面に置き換えて考えたりして、身に付けた知識を活かしていこうとする態度を育成する。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・学校では、業間運動として、ランニングや大縄跳びを取り入れる。また、業間や昼休みを中心に「はぴりゅうスポーツ広場」を活用する。
- ・休日にも家庭で「はぴりゅうスポーツ広場」に自主的・継続的に取り組めるよう啓発する。

<その他>

- ・体力や技能の向上を確認できるように、学習カードを活用する。また、ICT機器を積極的に利用して、自分達の動きを撮影して見返したり、ペアやグループになって学び合ったりする。
- ・体育大会前や夏休み前にラジオ体操の指導を実施し、繰り返し練習することで、児童が正しい運動の仕方を習得できるよう努める。
- ・「早寝早起き朝ご飯」についての結果や家庭で取り組んでほしいことを保健だより等でお知らせし、児童の体調管理と健康維持に努める。また、学校保健会を開き、学校三師からアドバイスをいただく。

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 永平寺町志比小学校

楽しく学び、体力向上！

◎重点項目 ①児童の体力、運動能力の向上 ②運動に親しむ児童の育成

☆児童の実態：昨年度の体力・運動習慣等調査の結果より（福井県平均値と比較して）

体力・運動能力調査において(令和7年度4年生～6年生)					
上回っていたもの		下回っていたもの			
シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	長座体前屈	ボール投げ	反復横跳び
3.18回 ↑	0.26秒 ↑	7.48cm ↓	2.49cm ↓	0.35m ↓	1.74回 ↓
運動習慣等調査において(令和7年度5年生)					
中学校で授業外でも運動したい	体育は楽しい 体を動かしてすっきりしたとき	体育は進んで学習しているか	1週間の総運動時間	体育は楽しい	体力向上の目標
5.6% ↑	3.7% ↑	11% ↓	2.3時間 ↓	0.9% ↓	20.8% ↓

＜本校の体力向上の取組みについて＞

児童の実態より体力の中でも敏捷性、全身持久力は全国平均を上回っていたが、瞬発力と柔軟性、投力に課題があった。

I：運動を楽しむための体力向上基礎トレーニングを体育の授業前に行う。

・ねこちゃん体操(器械運動)・ペースポジション上下、ホップ(陸上)・鉄棒ぶら下がり・懸垂(外:球技)・縄跳び(中:球技)

II：志比小タイム(業間体育)を毎週木曜日に行う。

割り当て	木曜日	次の木曜日	雨天時
低学年	持久走	折り返しリレー	ねこちゃん体操 なわとび 大縄(8の字跳び)
中学年	サーキット	持久走	
高学年	折り返しリレー	サーキット	

※授業前のトレーニングや業間体育を通して、福井県平均を上回るように取り組む。

＜児童の運動習慣の育成について＞

児童の実態より「中学校で授業外でも運動したい」で「体育は楽しい(体を動かしてすっきりしたとき)」と回答する児童は福井県平均を上回っていたが、「1週間の総運動時間」や、「体力向上の目標」などに課題があった。

I：体育の授業と業間体育で活動内容の見える化を行う。

・ICTの活用(動画撮影や記録の入力)・単元と授業の目標を立てる。・はぴりゅうスポーツ広場の入力。

II：進んで運動できる環境整備を行う。

・縄跳び、器械運動(跳び箱、マット、鉄棒)の模範演技動画の提示。はぴりゅうスポーツ広場「はぴはぴコース」の推進。

※はぴりゅうスポーツ広場「マイペースコース」の(マラソン・なわとび・器械運動)の入力と「はぴはぴコース」の推進を積極的に行い、取り組みの見える化と総運動時間の向上を進める。縦割り班活動で高学年が低学年の模範になる取り組みを行う。

＜その他＞

・学校の取り組みとして「元気アップカード」「デジタルシティズンシップ教育」を家庭と連携して行う。項目として、食生活・睡眠時間・スクリーンタイム・姿勢等を年間通して行い、健康教育を推進する。

・水泳指導やウインタースポーツ(スケートなど)では、外部団体と連携し、教員も研修しながら児童への指導に活かす。

(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 志比南小学校

〈運動の楽しさを味わい、主体的に取り組む児童の育成〉

- ・一人一人が自分の能力に応じて、挑戦し続けられる単元目標・計画の設定をしていく。
- ・考えを可視化・共有することで、多様な考えに触れ、児童の知識や思考、主体性を高めていく。

＜本校体力向上の取組について＞

- ・学習前には、オリエンテーションを行い、各領域・種目において、めあてをもたせ、見通しをもって活動できるようにする。
- ・ペアやグループ学習を通し、協力して運動することの楽しさを実感し、共に考えながら学び合って学習することができるようにする。
- ・低・中・高学年による合同体育を実施し、異学年との交流による協働的な活動の場を取り入れる。
- ・ICT機器を使い、運動の様子をふり返り、学習に生かせられるようにする。また、学校全体として、週末の宿題として、「はぴりゅう広場を活用した運動」にも取り組めるようにする。
- ・体育大会、長縄大会など体育的行事については、授業の成果の発表の場と位置付け、意欲をもって活動できるよう指導を行う。また、記録カードは6年間ためていけるように体育ノートに貼るなどして活用し、児童自身が成長を視覚的にとらえられるようにする。
- ・新体力テストでは、全国平均値を掲示して比較しやすい環境を作るなど、意欲をもたせながら児童の運動の機会を増やしたい。特に、全学年女子のソフトボール投げの数値を平均2m向上させたい。
- ・業間では、時間走で体力の向上を図ったり、縦割り班での長縄に取り組ませたりする。

＜児童の運動習慣の育成について＞

- ・低学年では記録カードを活用し、児童の運動意欲を体育の授業だけでなく継続してもたせられるようにする。
- ・3年生以上は「体育ノート」を作成し、授業の中で気づいたこと、考えたこと、試してみたいことなどを随時記録できるようにし、より良いものは掲示もしながら思考の可視化を図る。
- ・体育行事では、選択制のあるものや協力して取り組めるものを増やして、運動の楽しさを味わえるようにする。

＜その他＞

- ・養護教諭と連携をとり、健康な体を作るために必要なことを、活動時や保健の授業などで取り上げる。タブレット端末の使い方やルール、レジリエンス教育なども行い、心の成長も促していけるようにする。
- ・スポーツインストラクターを招き、水泳・器械運動・表現運動など専門的な指導を受けたり、運動の楽しさやできるようになる喜びを味わえるようにしたりする。
- ・永平寺町ふるさと大使「福井永平寺ブルーサンダー」(ハンドボールチーム)による指導や交流を継続して行う。
- ・豊かな地形を生かし、冬季のスキー学習を継続して行う。また、保護者ボランティアも募り、活用していく。
- ・熱中症や気象情報等に配慮し、注意喚起を行って安全に活動できるようにする。

(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 永平寺町上志比小学校

- ・いろいろな遊び・運動体験を通し、進んで運動する意欲を育む。
- ・仲間と共に活動したり、運動したりする楽しさを味わわせる。
- ・ふれあいタイム(業間運動)の焦点化により体力向上を図る。

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・体育的行事の充実
(上志比っ子マラソン・校内体育大会・スキー教室など)
- ・音楽に合わせた全校統一の準備体操の実施(体育の授業 準備運動)
上志比っ子体操 A:ストレッチ系 上志比っ子体操 B:トレーニング系
ねこちゃん体操:器械運動につながる、身体の柔軟性や巧緻性を高める体操
- ・5分間走・・・マラソンカードで意欲付けを図る(マラソン期間のみ)
- ・ふれあいタイム(昼休み後、週二回程度)を活用した業間運動の充実を図る。縦割り班活動を中心として長縄跳びを1年間継続的に行う。雨天時の体育館や学校内空きスペースを使った短縄跳び運動を推進していく。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・苦手な児童のことを念頭に置いた運動方法や場の設定、教材、ルールの工夫
- ・体育行事の実施前のめあての設定と実施後の振り返り活動の実施
- ・学校裏にあるスキー場の活用とスキー学習
- ・はぴスポの家庭での利用促進(家庭)
 - ・・・休日や長期休業で取り組めるよう課題を出し、利用を促進する。
- ・休日中もグラウンドや校区内の公園などで友達や家族等と体を動かすことを推奨する。
- ・学校行事において地域のダンス「にんにくニンキーダンス」の発表の機会を作る。
- ・全校児童による地域の伝統的な踊り「上志比音頭」の実施(校内体育大会)
- ・縄跳び運動(短縄跳び、長縄跳び)の通年実施
- ・夏季休業前のラジオ体操指導
- ・縦割り班によるふれあい遊びの計画と実施

<その他>

- ・保護者、地域ボランティアによるスキー指導
- ・上志比っ子の健康を守る会(PTA、中学校、幼児園との連携)