

(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 福井市木田小学校

運動を通して「できた!」が味わえる環境づくり

<本校の体力向上の取組みについて>

①体力テストの結果から

- ・令和7年度の体力テストにおいて、どの学年も20mシャトルランの結果が県平均を大きく上回っていた。秋に体育の授業で行う時間走に真剣に取り組んだり、休み時間に鬼ごっこをする児童が多かったりと、走る習慣は比較的ついていると考えられる。秋に限定するのではなく、学年の実態に合わせて、年間を通して体育の授業の初めに走る運動を取り入れていく。
- ・一方、どの学年においてもボール投げの結果は県平均を大きく下回っていた。ボールを投げる機会が不足していることが原因の一つと考えられる。ゲームやボール運動の単元配置を工夫して、児童がボールに触れる機会を増やしていく。

②運動機会の確保について

- ・体育の授業の際、体育館で学習を行うクラスと校庭で学習を行うクラスを計画的に配置する。2単元を同時進行することも計画していく。
- ・体育の授業で運動量を確保するために、授業の最初の5分間に体ほぐしの運動を取り入れる。学年の実態に合わせて、グーパー体操や、馬跳び、3分間走など年間を通して実施する。

<児童の運動習慣の育成について>

①はぴりゅうスポーツ広場の活用

- ・朝活動の時間などを使って全校で取り組めるようにしたい。
- ・なわとびの記録や体力テストの結果入力など、体育の授業でも積極的な活用を行っていく。

②業間について

- ・毎日体育館や校庭で遊ぶことができるように、学年の割り当てを行う。

<その他>

- ・体育の授業で、系統立てた指導を行うために、教職員で指導を共有する。特に、今年度は器械運動につながる逆さ感覚と体づくり運動の長縄で系統性をもった指導ができるようにする。
- ・年5回縦割り班で遊ぶ「ふれあい遊び」と年1回ペア学年で遊ぶ「ペア遊び」を今年度も行う。上級生が遊びを企画し、異学年と協力しながら運動したり遊んだりする機会となるようにする。
- ・今年度も校内体育大会を区民体育大会と合同で行う。地域の方とのかかわりも大切にする。また、2学年合同で行う種目も作り、児童同士のかかわりも深める。

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 福井市豊小学校

進んで運動に親しみ、体力向上を目指そう！

＜本校の体力向上の取組みについて＞

☆児童がめあてをもって楽しく運動に取り組むことができるような授業を工夫する。

また、授業で学んだことや達成できたことなどを振り返り、次へつなげる。

- ・どの単元においても、一人一人がめあてをもって学習に取り組み、振り返りができるような学習カードを活用する。
- ・準備運動には、「時間走」「グーパー体操」「バーピー」や単元に応じた補強運動を積極的に取り入れる。
- ・「体力向上コーナー」を学校内に設置し、握力グリップや垂直跳びを中休みに児童が自主的に行えるようにし、握力や立ち幅跳びの記録の向上を目指す。
- ・ICT機器を活用し、自分の動きを確認したり、お手本の動画を視聴したりしながら主体的に活動に取り組めるようにする。また、体育の授業の様子や優れた演技などを全校放送で紹介し、他学年の児童の意欲と技能の向上につなげる。
- ・保健の授業においては、養護教諭や栄養教諭とも連携し、本校の実態に合わせた指導を行う。

＜児童の運動習慣の育成について＞

☆教職員が全校体制で技術的・精神的な指導や支援に取り組む。

- ・くすのき活動：「縦割り遊び」の時間を設け、6年生が中心となってメンバー全員が体育館や校庭で楽しめる遊びを工夫する。
- ・なわとび大会：2月に実施。個人種目を励まし合いながら取り組むことによって、学級のつながりを強くする。学年の種目は発達段階に合わせて、系統立てて設定する。
- ・委員会活動：5・6年生が中心となり、なわとび、器械運動などの演技など体力向上に繋がる運動の紹介や環境づくりをする。

☆マラソン大会前の業間活動で校庭と校外のコースを走り、体力の向上を図る。

☆児童がいろいろな運動に挑戦したくなるような環境の充実を図る。

- ・体幹、柔軟、ストレッチなど一人でできる運動例を掲示して、休み時間に取り組めるようにする。

＜その他＞

☆家庭や地域との連携を目指す。

- ・プール学習の準備体操にラジオ体操を取り入れ、夏休み中のラジオ体操への意欲を喚起する。
- ・健康チェック週間を実施し、保健体育委員会が大休みに児童を対象とした視力検査や身長測定を行うことで、健康に対しての意識の向上を図る。

(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 福井市足羽小学校

めあてをもち、主体的に運動する児童の育成

<本校の体力向上の取組について>

- 单元ごとに目標を示し、児童が自分に合っためあてをもって学習に取り組めるようにする。
- 業間運動の実施
 - ・外遊びの推奨(猛暑を除き、晴天時の大休み・昼休みは、グラウンドに出て遊ぶ)
 - ・10月……マラソントイムの実施(週2回程度)
 - ・1、2月……なわ跳びタイムの実施(週2回程度)
- 体育の授業前、各学年でグラウンド・体育館の周回数を設定し、全員ランニングに取り組む。
- R7年度の体力テストの結果から、握力と上体起こしが全国平均を下回っている学年が多いため、朝の会や体育の準備運動の時に、「グーパー体操」や瞬発力を高める運動や運動遊びに取り組む。
- 水泳やなわ跳び、器械運動等では、各児がめあてを設定し、振り返りをしながら自分の成長を実感できるよう、学年に応じた学習カードを活用する。
- 鉄棒が設置してある時期(10月～12月)は、休み時間の使用を可能とし、鉄棒運動に取り組みやすい環境を整える。

<児童の運動習慣の育成について>

- 体力テストやマラソン大会に向けて、前年の個人記録や全国平均の記録を示し、目標を立てて活動に取り組む。
- 体育的行事の事前に、ワークシートを活用してめあてを立てて活動に取り組ませ、意欲や達成感をもたせる。
- 保健の学習を通して、自らの健康に対して関心を高める。
- 大休みや昼休み等、グラウンドで異学年と遊ぶことでクラスや学年を超えた仲間づくりを行い、遊びを通じた運動習慣の定着を行う。

<その他>

- 体力テストの結果の掲示や、マラソン大会・なわ跳び大会の記録賞配付により、運動や体力に関する関心を高め、目標に向けて熱心に取り組む態度を育てる。
- 児童の健康の増進を図るため、栄養教諭や養護教諭と連携して指導にあたる。
- 保健だより、給食だより等を各家庭に配付し、規則正しい生活習慣を送ることや朝ご飯の大切さを伝え、児童の健康の保持増進を図る。

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 福井市東安居小学校

東安居っ子 元気大作戦！！ ～みんなで心も体もパワーアップ～

<本校の体力向上の取り組みについて>

【今年度の重点項目:柔軟性、投能力】

→ 長座体前屈、ボール投げのスコアにおいて、前年度比でプラスを目指す。

○体育の授業における工夫

- ・体育の授業の始めに体を伸ばしたり、曲げたりするメニューを行う。
- ・主運動に関する補助運動を積極的に取り入れていく。

体力作りメニュー

- | | | |
|----------|---------|---------------|
| ・短距離ダッシュ | ・腹筋 | ・柔軟運動 |
| ・キャッチボール | ・3～5分間走 | ・遊具を利用した運動 など |

○児童会活動の充実

- ・外遊びの奨励（体育委員会による呼びかけ、遊び方のルールの指導）
- ・竹馬や一輪車、フラフープや大縄など、様々な用具の貸し出し

○各種学校行事に合わせた指導などを実施

- ・ラジオ体操（7～9月 夏休み、体育大会）
- ・持久走（10～11月 マラソン大会）
- ・なわとび練習（1～2月 なわとび大会）

<児童の運動習慣の育成について>

○児童の意欲・主体性を向上させる指導・実践する。

- ・「めあての提示」と「ふりかえりの確保」を意識した授業作りを行う。
- ・児童同士の教え合いや授業のふり返りにタブレットを活用する。
- ・体育の授業や学校行事（体育大会・マラソン大会・なわとび大会など）において、児童が明確な目標を持ち、意欲的・主体的に取り組めるような手立てを取る。

○仲間への声かけ、励ましを推進する。

○休み時間にも進んで運動をするために、はびりゅうスポーツ広場の活用を推奨する。

○運動の場作り

- ・鉄棒の設置をできる限り長くし、運動に親しめるようにする。
- ・なわとびができる場を割り振り、外で遊べない場合も運動できる場を確保する。

○休み時間に安全に遊べるよう、体育館、運動場の使用を、各学年に割り振る。

<その他>

○マラソン大会にて保護者ボランティアを募集する。

○総合的な学習の時間（4年生福祉）と関連させ、様々な障害者スポーツを体験する。

○食育、健康教育を推進（全学年における栄養指導、はみがき指導など）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 福井市湊小学校

**「毎日1回運動」と「規則正しい生活」で元気いっぱいの体を作ろう！
湊っ子パワーアップ作戦！！**

<本校の体力向上の取組みについて>

○昨年度、校内で実施した体力テストの結果、全国平均や福井県平均と比較すると、男女ともに、上体起こし、握力、50m走の記録が低い傾向がみられた。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グーパー体操(グーはしっかり握る、パーは指先まで開く)、鬼ごっこなど遊びを取り入れたトレーニングを行い、体力の向上を図り数値目標として福井県の平均を目指す。

○シャトルランで県平均を超える学年が多かった結果を踏まえ、今年度も授業初めのランニングを全校で行ったり、時間走(低学年3分間、中学年5分間、高学年7分間)に取り組んだりして体力向上を図る。

○冬期期間は、体育館に鉄棒を設置し、技の取り組み方がわかる掲示物を工夫して、鉄棒に取り組みやすい環境作りを行う。

<児童の運動習慣の育成について>

○持久走の記録会やなわとび大会前には、ワークシート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、様々なスポーツの楽しさを味わえるようにする。

○体育委員会を中心に、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る。スポーツイベントを企画して運動することへの意欲を高めていく。また、各学級にドッジボール、サッカーボール、長縄を配付して、運動に親しめる環境を整える。

<その他>

○養護教諭と連携を図りながら、成長時期に応じた適切な保健指導を行い、児童の体力・健康保持増進への意欲向上と行動実践を促す。

○規則正しい生活の定着を図る「パワーアップウィーク」を実施し、保健委員会を中心に生活習慣チェックの集計を行う。

○「はぴりゅうスポーツ広場」の活用法について保護者にも周知し、学校だけで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。

○地区体育大会を開催し、家庭や地域との連携を図る。

(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 春山小学校

めあてをもち、主体的に運動に取り組む児童を育てる

- ・活動のめあてや単元を通して身につける力を児童と共有し、友だちと動きを見合ったり言葉を伝え合ったりしてつながりながら学び、高め合う学ぶ児童を育てる。
- ・継続して運動に取り組む場を設定して運動の習慣化を図り、体力の向上を目指す。

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・体力テストの結果から、上体起こし、反復横とび、50m走、シャトルラン、立ち幅跳びの記録は、ほとんどの学年で上回っている。これは、週に2回程度、朝の時間に行っている上半身や下半身の筋力を高める運動を年間を通して行っていることや体育の授業で時間走を毎時間取り入れている成果だと考える。そのため、この取り組みは継続して行い、強みをもっと伸ばしていきたいと考える。
- ・ボール投げの結果が平均と比べて低いため、タブレットやアプリを活用し、映像やイラストで視覚的にボールの投げ方や投げるときのポイントを分かるようにしたり、自己の動きを客観的に見たりして児童自ら、技能、知識を得られるよう支援する。また、ボール投げのコツが掴みやすい教具を用いて児童が楽しみながらボール投げのスキルを習得するとともに、正しいフォームや力加減を身につけられるようにする。また、握力についても課題がある。そこで、今年度から朝の活動や体育の準備運動の時間にグーパー体操を取り入れ、少しでも伸ばしていきたい。
- ・体育ファイルを見童に持たせ、めあての確認と学習のふり返りを習慣化して自分の目標を考えさせるとともに、児童の意欲や活動量が増すように指導計画を修正しながら指導を行う。
- ・音楽に合わせコーディネーショントレーニングを取り入れた準備運動で巧緻性を養う。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・体育館はボールや竹馬、グラウンドでは一輪車やフリスビーなど用具を自由に使える環境を整え、気軽に屋外や体育館で体を動かせる環境づくりに努める。
- ・なわとびの授業等で、はぴりゅうスポーツ広場を運用し、児童がより高い目標を設定して運動を楽しむようにする。

<その他>

- ・メディア依存の生活にならないよう、メディアを使用した時間や就寝時間、起床時間などを記録するなど、自己の生活を振り返らせ、児童の基本的な生活習慣に対する意識づけを図る。
- ・身体の発達や薬物乱用防止などの授業では外部の専門機関から講師を招き、意欲的に学習できるように計画する。

(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 福井市順化小学校

楽しさと達成感を感じる授業づくり と 進んで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>

現状:「20mシャトルラン」の記録が、毎年少しずつ下がってきている。

目標: 4～6年生の男女の平均記録において、福井県平均以上を目指す。

☆体育の授業

○時間走の導入

体育の準備運動に時間走(低学年:2分、中学年:3分、高学年:4分)を取り入れ、運動量を確保する。毎時間、記録を記入させ、日々の変化を実感させる。

☆業間運動について

○各学年、週に一度の大休みに、ランランタイムを行う。ランランタイムでは、児童が校庭を走るか体育館でなわとび運動に取り組む。自分で走る距離やペースを考えたり、なわとびの練習に取り組んだりする。年間を通して行うことで本校児童の課題である持久力の向上を図る。また異学年が一緒に活動を行うことで、児童同士の教え合いや運動への意欲喚起を促す。

<児童の運動習慣の育成について>

現状:「運動やスポーツをすることは好きですか」という項目において、肯定的な回答をしたのは、男子87%、女子100%だった。【R7全国体力・運動能力、運動習慣等調査のアンケート】

目標:男子のポイントを90%以上にする。

☆「運動が楽しい」「進んで運動したい」と感じる児童を増やす取組

○補強運動の充実

体育の準備運動に補強運動(グーパー体操、とんくる体操、馬跳び)を行うことで、各領域の動きがスムーズになるとともに、運動する心地よさや楽しさを感じ、進んで運動に取り組む意欲につなげさせる。

☆児童が達成感や満足感を実感できる取組

○なわとび大会や器械運動校内発表会等の日程を保護者に知らせ、保護者の参観を促し、児童の意欲を高める。

☆運動習慣の構築に有効な取組

○業間や昼休みは積極的に体育館や校庭で体を動かすことを促す。特に体育館割り当て時は、学級全員が運動に取り組む。

☆保健の授業について

○保健の授業は、児童の発育発達の段階を考慮した上で行い、養護教諭と連携を取りながら保健指導の充実に努める。

(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 福井市宝永小学校

生涯にわたって運動に親しみ、安全に運動の楽しさや喜びを味わうことができる体育づくり

<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課題と今後の取組み

課題：握力、50m走において1部の学年で全国平均を下回った。

今年度の目標：握力→平均2kg向上 50m走→全国平均を上回る。

取組み：①年間を通して力強い動きを高める運動を多く取り入れる。

②運動領域にあった準備運動や、補強運動を取り入れる。

③陸上運動でICTを活用するなどして、お手本の動きと自己の動きを比較し、正しい動きを身に付ける。

<児童の運動習慣の育成について>

○特別活動

- ・サッカーボールやバスケットボール、ドッチボール、ドッチビー、一輪車など多様な遊び用具を設置するなど、大休みや昼休みに外や体育館で遊ぶ環境を整える。
- ・学年ごとに体育館やトレーニング室の使用できる曜日を割り当て、広いスペースで進んで運動に親しめる環境を整える。
- ・マラソンデーに向けて、開催2週間前から大休みにマラソン練習時間を設け、体力の向上を目指す。掲示物も用意し、目標を持って取り組めるようにする。

○体育での取組み

- ・iPadで自分の動きの課題を見つける時間を確保して、「わかる」「できる」経験を多く積んだり、正しい動きや知識を身に付けたりすることができるようにする。
- ・単元の中で、児童が自己の能力に応じためあてを立てる時間を設けることによって、進んで運動に取り組めるようにする。
- ・体育を担当する教員が「まるわかりハンドブック」や「スポーツ庁の体育指導手引き」などを参考にしながら、授業づくりのポイントを理解し、児童の発達の段階を踏まえた指導ができるようにする。
- ・養護教諭と連携し、児童が日常生活に活かすことができる保健の学習を展開する。

○その他

- ・体育支援事業などを積極的に活用し、児童が体を動かすことの楽しさを味わうとともに、体力向上につなげられるようにする。
- ・体育館やトレーニングルームに、はぴりゅうスポーツ広場に取り組める場所を設置することで、児童が進んで運動に取り組めるようにする。また体力テストやマラソンデーなどの行事と絡めて活用することで、児童が楽しみながら継続的に運動に取り組めるきっかけを作る。

(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 福井市松本小学校

運動に親しむことを通して健やかな子どもを育てる

<本校の体力向上の取組みについて>

○体力テストの結果から、握力と上体起こしと反復横跳びの項目で課題がある。

- ・握力については、準備体操に組み入れ、グーパー体操を継続して行う。
- ・上体起こしと反復横跳びについては準備運動で定期的にコーディネーショントレーニングや体幹を鍛える運動を取り入れる。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・マラソン記録会となわとび記録会を全校で実施し、他者との比較ではなく自己の記録更新を目指して取り組む姿を目指す。はぴりゅうスポーツ広場を活用して意欲の向上を図る。
- ・各学級に長縄やボール、ドッジビーを配布し、自由に使って遊べる環境を整える。
- ・通年で休み時間になわとびを行ってもよいこととし、日常的に運動に取り組めるようにする。
- ・体育館やグラウンドの割り当てを工夫し、なるべく多くの学年が運動に取り組めるようにする。また、遊具遊びを推奨していく。

<その他>

- ・養護教諭や保健委員会の児童を中心に、学校保健委員会を開催し、健康や体力の保持増進をテーマに取り上げる。
- ・外部講師を招き、薬物乱用防止教室や心肺蘇生法講習会を実施する。

(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 日之出小学校

運動をする楽しさや喜びを味わいながら体力の向上を目指そう

<本校の体力向上の取組について>

- それぞれの運動領域にあった準備運動を行い、基礎感覚や基礎体力を養っていくとともに、主運動を行ううえでどのような動きや力が大切かを考えさせていく。
- 前年度の体力テスト結果を踏まえ、本校の苦手項目の記録向上を目指すために以下の取組を積極的に行う。取組は、けが防止や運動へのスムーズな入りのサポート、基礎体力作りの目的も含めながら、体育の授業のはじめに行う。
シャトルランの記録向上のために…おにごっこ（時間制にする、範囲を狭めに設定するなど工夫をする。）、時間走（学年＋1分を目安に授業開始時に実施する。）、短縄（時間跳びや技跳びをする。）
*R7よりも男女総合平均値＋3を目標とする。
長座体前屈の記録向上のために…準備運動のときに伸脚や前後屈をする、ストレッチなど（R7よりも男女総合平均値＋3cmを目標とする。）
- 「体育の授業が楽しいと答える児童が全体の90%以上」を目指し、楽しく運動量があり、多様な運動に取り組める授業作りを展開していく。

<児童の運動習慣の育成について>

- 体育的行事を授業成果の発表の場として設定し、積み重ねる面白さや、目標をもって取り組むことの大切さを感じられるようにする。
例）日之出っ子体育大会、日之出区民スポーツ大会（5月）、持久走記録会（11月頃）
- ふれあい自由遊びを実施する。縦割りグループを核に体育館や校庭での身体を使った遊びを実施する。
- 運動の継続性を促したり、興味を持ったりするきっかけとして、はぴりゅうスポーツ広場アプリを活用する。自分の運動を記録し自分の運動習慣の改善や体力の向上に役立てる。
- 大休みや昼休みの時間に運動場の一部を利用して、新調した竹馬や一輪車を体験し、遊び感覚で運動に親しめるようにする。

<その他>

- 養護教諭や給食保健委員会の児童を中心に、学校保健委員会を開催し、健康や体力の保持増進をテーマに取り上げ活動をする。
- 鉄棒の設置期間には技のポイントが載っている掲示物を作成し、より多くの児童が鉄棒遊びをしたり、授業時間にはできなかった技に取り組んだりできるようにして、「できる楽しさ」を実感できるようにする。
- 体育委員会の児童を中心に、全校で楽しめる企画を考え取り入れていく。（全校ドッジボール大会など）

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 福井市旭小

運動大好き！あさひっ子！！

<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「シャトルラン」の結果では、4年男子は上回ることができなかったが、対象である4～6年生の平均が男女ともに全国の平均を超えた。他の項目でも全国の平均と比べると高い数値がみられる。これまで進めてきた体力向上の取組みを継続して行い、これからも高い体力の維持やさらなる増進を図っていく。また、運動への関心や意欲が高まるような取組みを行ってきたが、今年度も運動の楽しさを感じられるような工夫や、子どもの向上心を養う取組みを行い、運動習慣の定着に繋げていきたい。そこで、以下の2つに重点をおき、取組みを行う。

<児童の運動習慣の育成について>

①体育の授業の工夫

「課題設定の工夫」は本校の研究テーマの柱の一つである。体育の授業においても個に合った課題や、主体性を引き出す課題設定を行い、児童の向上心を養う。また、目標を細分化し目標を達成しやすくしたり、何度も挑戦できる場を設定したりすることで、児童の意欲の向上を図る。

②学校行事と全校での学習カードを使った取組み

本校では、秋にマラソン大会、冬に縄跳び大会を計画している。その大会に向け、児童一人一人に目標をもたせ、練習に取り組ませる。そして、児童一人一人の努力や体力、技能の達成度が分かるような学習カードを作成し、そこに記入していくことで向上心を養う。また、休み時間等にも練習に取り組むことができるようにし、力を伸ばす機会を設ける。

<その他>

中学校区で2008年度より行われている「もりにこウィーク」では、家庭と連携しながら、よりよい睡眠と朝食を目指す取組みを行う。

(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 福井市和田小学校

「和田っ子元気もりもり体力アップ活動」

～運動が楽しいと感じる和田っ子を目指して～

<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 本校の児童の課題…「瞬発力」「持久力」

- ・遊び感覚で楽しく瞬発力を鍛えることができる運動を紹介し、体育の授業で実践する。
- ・体力テスト前、マラソン大会前の朝活動の時間に、児童が自分から進んで持久走に取り組める期間を設ける。児童は、グラウンドを走り、走れた週数を毎回記録する。2～6年生がそれぞれ週に2回行う。
- ・体育の授業開始時に学年に合わせた周回数を走るようにして持久力を高めたり、コーディネーショントレーニングを取り入れたりすることで、持続して身体を動かす時間をつくる。
- ・投げる力を鍛えるため、体育の授業でハンドボールなどの投動作が中心となる活動を積極的に取り入れる。また、大休みや昼休みにドッジボールをする際、空気を少し抜いたハンドボールを使用する。
- ・意欲的に活動に取り組むことができるよう、体力テストやマラソン大会の前の時期の体育の授業で練習等ではびりゅうスポーツ広場を活用する。

その他の体力向上のための取組み

- ・表現運動を学習するときに「新・連体ダンス」や「新和田音頭」を取り入れ、表現・リズムダンス・日本の民謡に取り組む。
- ・腹筋背筋の筋力アップ、軸のぶれない体をつくるために体幹を鍛える運動、更に柔軟運動を準備運動に取り入れることで、基礎体力の向上を図る。
- ・授業では、運動量を確保できるように年間指導計画の内容を精選する。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・晴れている日は外遊びを推奨する。週に2日、そうじのないロング昼休みを設け、児童が運動する時間を確保する。
- ・児童の運動意欲を高めるため、授業や長期休暇に、はびりゅうスポーツ広場を活用する。
- ・運動への意欲を高め、運動が楽しいと感じる児童を増やすため、卓球、ネット型スポーツ、室内スポーツ、ダンス、体づくりなど多種多様なスポーツクラブを設置する。

<その他>

- ・各学年で体育ファイルを作成し、年間に使用するワークシートの保管や充実を図る。
- ・成和中学校区の「もりにこウィーク」を通して、規則正しい生活を促す。
- ・家庭でも取り組める運動を積極的に紹介したり、はびりゅうスポーツ広場の活用を呼びかけたりすることで、1日1時間以上スポーツや運動に親しんでいけるよう啓発していく。

(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 福井市円山小学校

仲間とつながり、すすんで運動に取り組み、運動の楽しさや喜びに親しむ円山っ子の育成
友達との関わりを通じ、児童一人一人が運動やスポーツの喜びを味わうことができるように
する。また、体育科の授業や学校生活全体を通じて、児童が体力を高め、確実に運動技能を
高められるようにする。そして、「スポーツ・運動が楽しい、好き」と感じる児童が90%以上に
なることを目指す。

<本校の体力向上の取組について>

- 本校の課題である握力とボール投げの強化を図り、玉入れ用の玉やテニスボールなどを
使って積極的に投げる活動やグーパー体操を、全学年が定期的に行う。
- 業間でのグラウンドの使用割り当てを工夫し、できるだけ多くの学年が、楽しく安全に
使用できるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

- 場所の割り当てを工夫し、できるだけ多くの学年が大休みや昼休みにグラウンドや体育
館を使用できるようにする。
- 全校児童がスポーツに対して興味関心を高められるように、スポーツ委員会が主体とな
ってクイズやイベントを積極的に企画する。
- 体育科の授業において、運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への指導等の在り
方について工夫する。また、めあてを確認する時間や振り返りの時間を確保することで
、運動の楽しさや喜び、達成感を味わうことができるようにする。
- タブレットでの動画撮影でできるようになった点を確認することで自己肯定感を高め、
技術向上と意欲の継続につなげている。
- 体育主任を中心に、教材や指導法の共有を行い、「できる」「分かる」授業が各学年で
実現されるように努力する。
- はぴりゅうスポーツ広場を積極的に活用し、個々に応じて楽しみながら、継続的に運動
に取り組めるように働きかける。
- 体育館の上部にあるトレーニングルームの活用法を工夫し、日常的に運動に親しめるス
ペースをつくる。

(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 福井市啓蒙小学校

投げる力を伸ばす。(目標:体力テストの結果が全国平均を上回る)

<本校の体力向上の取組みについて>

○投げる力を伸ばす。

昨年度および昨年度の体力テストの結果から、投げる力を啓蒙っ子の伸ばしたい体力として設定する。全国平均を上回ることを目標として設定する。

～具体的な取組み～

- ・学習の中で投げ方のポイントを提示する。低学年のボールゲームや、中・高学年のベースボール型ゲームの時間を主に利用し、正しいフォームの習得を目指す。
- ・委員会の企画として、ボールを投げて遊ぶ場を設ける。主にドッジボール企画を運営する。

○マラソントイムの実施

天気の良い日でも校内で過ごす児童が増えてきているため、みんなで一緒に外で運動する機会として、5、6月と10、11月にマラソントイムを実施する。木曜日に1・2・5年生、金曜日に3・4・6・特支年生が実施し、はぴりゅうスポーツ広場に記録していく。

○鉄棒の設置

冬季は屋外での活動が制限されるため、屋内でも多様に体を動かすことができるように体育館に鉄棒を設置する。

○ボールや長縄の配布

各学級にドッジボールやソフトバレーボール、長縄、サッカーボールを配布する。児童が日頃から「投げる」、「跳ぶ」、「蹴る」の運動に親しめるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

○マラソントイムに合わせて長距離走の記録を計測

業間運動の取り組みのマラソントイムと合わせて、その時期に各学年の学習で長距離走に取り組み、記録の計測を行う。記録が向上する喜びや、体力がつく実感を味わえるようにする。また、委員会で体を動かすことの良さをまとめて発表したり、各学年の記録を作成したりして、児童の動機付けを図る。

○はぴりゅうスポーツ広場を使った運動記録

はぴりゅうスポーツ広場を利用してマラソントイムの記録を行う。運動した記録を継続的に残していくことや運動することでポイントが溜まる機能を上手く使って、児童の「運動したい」という意欲や「運動が楽しい」という気持ちを増進させていきたい。

<その他>

○栄養教諭との連携

学校栄養職員と連携を図り、全学年に栄養指導を行い、食育に取り組む。

○地域人材との連携

クラブ活動において、地域でスティックリングに取り組む方を外部講師として招き、児童に指導していただく。

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 福井市西藤島小学校

チャレンジ!運動で笑顔と元気をみんなでシェアハピ

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・児童の健康や安全に十分配慮しながら、規律ある集団行動を意識して授業を行い、児童の実動時間と運動量の確保を図る。
- ・各学年、準備運動に「グーパー体操」を取り入れている。
- ・本校では体育の授業で、友達との交流や協力できたときに楽しいと感じる児童が多いため、子どもたちが協力してチャレンジできるような活動やグループワークでお互いの動きについて見合い、アドバイスする活動を取り入れていきたい。

(今年度特に取り組みたいこと)

- ・本校は県及び全国の平均値と比べて、握力の数値が低い傾向にある。今年度も昨年度に引き続き、準備運動でのグーパー体操を取り入れる。握力の昨年度の本校平均値を6項目(4年男女・5年男女・6年男女の6項目)中4項目以上、上回りたい。
- ・体育の授業でタブレットを活用し、友達と一緒に動作の確認をしたり、動きのポイントや注意点について話し合える活動を取り入れていきたい。

<児童の運動習慣の育成について>

○業間運動について

- ・体育行事に合わせて、業間運動を実施し、児童の体力向上と行事に向けての意欲付けを行う。10月から縄跳び大会終了まで「全校縄跳び」に取り組み、学習カードを活用する。また一人一台のタブレット端末で、はぴりゅうスポーツ広場を活用して児童の意欲を高める。

<その他>

○休み時間の児童の見守りについて

- ・教職員で体育館・グラウンド・校舎内の巡回を割り当て、児童の様子を見守り、安全に努める。また、環境の安全面についても随時意見交換を行う。

○着衣水泳の実施について

- ・衣服を着たまま泳ぎ、水着とは異なる水中での抵抗感について身をもって体験することで、不慮の事故に出合ったときに落ち着いて対応できるようにする。今年度は3・5学年で水泳学習の最後実施する。

(別紙様式1)

令和8年度 児童生徒体力づくり推進計画書 ～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 社北小学校

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・準備運動に投力と握力、上体起こし、俊敏性を高める運動・単元に合う運動を取り入れ、継続的なけがの防止や体づくりを進める。また、計画中であるが、日常生活の中で、多様な運動に触れることができる環境を整備したいと考えている。
- ※昨年度は、県平均だけでなく、全国平均を下回る種目もいくつかあった。本校の児童の実態として経験のある動きは県平均に近い記録を出すことができるが、あまり経験のない動きの種目は極端に数値が低くなってしまっている。これまで通り常時活動として、パチン体操、とんくる体操、グーパー体操を行っていくが、日常生活の中で、多様な動きに触れることができる環境を整備し、向上を目指していきたいと考える。
- ・はぴりゅうスポーツ広場を効果的に活用し、児童が多様な動きを知ったり、経験したりできるようにし、全体の運動能力の向上を目指す。
- ・4～6年生の水泳学習を福井県営水泳場で実施し、潜る・浮く・泳ぐ運動を充実させる。
- ・体力テストの県平均記録をワークシートに記載しておき、児童に目標をもたせて、運動意欲を高める。
- ・学校保健委員会等の学校行事を活用し、効果的に保健学習を進める。
- ・大休みは原則外遊び、雨天時ははぴりゅうスポーツ広場を奨励する。
- ・学級のボールを充実させ、楽しみながら運動することを通して投運動の強化を図る。
- ・業間マラソン（5分間走）を取り入れ、体力、走力を高める。【マラソン期間】

<児童の運動習慣の育成について>

- ・毎時間めあてを提示し積極的に振り返り活動を行うことで、児童が目的をもって活動し、達成感を感じる授業を行う。【ホワイトボードの活用】
- ・各単元や体育行事で目標の設定と振り返りを行い、体育ファイルに保存していくことで、成長を実感できる工夫をする。【ポートフォリオの作成】
- ・はぴりゅうスポーツ広場を活用し、授業や大休みの取り組みを楽しみながら記録することで運動することの楽しさ、継続して取り組むことの大切さを感じさせる。
- ・日常生活の中で、多様な動きに触れることができる環境を整備する。

<その他>

- ・家庭でもはぴりゅうスポーツ広場に親子で取り組むよう推奨する。
- ・学校行事(なわとび大会や器械運動の校内発表会など)を、保護者にお便りで連絡することで児童の運動意欲を高め、家庭との連携を図る。

(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 福井市社南小学校

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・器具室の整理整頓を行うことで、全ての器具・用具を把握し、各学年のそれぞれの運動に合った器具・用具を提供し、本校児童の効果的な体力向上を支援する。
- ・各学級において、毎朝の活動等でグーパー体操を実施している。体力テストの結果から、4～6年生の男女6部門全てで、握力が県平均を上回った。特に、最大で4年女子1.22kg、最小でも5年男子が0.06kg上回った結果となったことから、今年度も継続して実施する。また、グーパー体操をはじめとした様々な補強運動に取り組ませる。
- ・50m走は5年男子、反復横跳びは4年女子を除いた5部門が県平均を下回った。50mは最大で0.41pt、反復横跳びは最大で0.75ptも下回る結果となったことから、変形ダッシュやラダー走など、瞬発力や敏捷性を養う運動を体育の授業等で取り入れていく。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・体育委員会を中心に、業間に「大縄チャレンジ」等の学級対抗の活動を行い、児童が主体となって、学校全体が意欲的に運動に取り組める活動を企画する。
- ・体育委員会を中心として、「はぴりゅうスポーツ広場」の効果的な使い方を考え、放送や集会等で全校に紹介して取り組ませる。また、体育委員会を通して「はぴりゅうスポーツ広場」を全校で使えるような企画をする。
- ・器械運動カードや縄跳びカードを作成・配付をし、児童の運動意欲を高める。また、体育館の鉄棒の設置や、校庭の遊具の修理・点検をして、進んで運動に取り組ませる。
- ・業間の体育館や校庭の使用を学年毎に割り振り、安全に伸び伸びと運動に親しむことができるようにする。
- ・器械運動の上手な演技を給食時の校内放送等を活用したり、6年生による器械運動発表会をしたりして、意欲づけを図る。

<その他>

- ・各学年より体育担当者を選出し、校内体育部を組織する。指導上の悩み等、情報交換ができる体制を整える。そして、体育部を中心として全校体制で系統性のある授業づくりや体育施設・設備の充実を図るとともに、体育的行事の円滑な運営をしていく。
- ・保健の学習では、養護教諭と連携を図り、指導内容の検討を行う。体育の学習指導と発育測定時の保健指導との繋がりを意識した指導を行う。
- ・保健主事、養護教諭と連携し、週に一度、「目の健康体操」を実施し、健康な体づくりを推進する。
- ・学校便り、保健便り等を活用し、「早寝・早起き・朝ご飯」や適度な運動の推進を行い、健康な体づくりの啓発を行う。
- ・長期休業中に、家庭で「はぴりゅうスポーツ広場」を通した運動習慣の育成ができるよう検討する。

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 福井市安居小学校

からだを動かす楽しさを感じよう！

<本校の体力向上の取組みについて>

体力テストの結果から、50m走、立ち幅とびが他の種目に比べて結果が低いことが分かった。そこで、次のような取組みを行い、走力・跳躍力の向上を目指す。

・系統性を意識した指導

準備体操に加えて、取り扱う学習内容に応じた動きに取り組む。また、めあてを意識した授業づくりを行う。また、授業内容によって、準備体操を工夫していく。

・運動機会の向上

業間に体育館やドッジボールコートを学年ごとに使用の割り当てをし、体を動かす機会を増やす。また、授業中に家でもできる運動を提案する。

・体力向上の可視化

「はぴりゅうスポーツ広場」を体育の授業や休み時間に活用し、自分の体力の向上を日々記録することで、記録の伸びを可視化できるように取り組む。

<児童の運動習慣の育成について>

子供たち一人一人が目的意識をもって、主体的に運動に取り組む姿の育成を目指す。

・計画的な体育的行事の実施

体育大会、なわとび大会を定期的実施する。また、児童自身で年間を通しての体育の授業の目標を設定し、児童が主体的に体を動かせるようにする。

・業間運動の実施

クラス対抗の8の字大なわ大会を実施する。その練習として、業間に練習に取り組むようにする。また、体育委員会に業間運動を考えてもらい、児童自身で運動の魅力を感じられるようにする。

<その他>

・「はぴりゅうスポーツ広場」を家庭でも実施できるよう、周知およびタブレットの持ち帰りを実施する。

・体育委員会や保健委員会と連携して、怪我の防止や運動機会の向上を呼び掛ける。

(別紙様式Ⅰ)

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 中藤小学校

進んで運動に取り組もうとする児童の育成を目指して

<本校の体力向上の取組みについて>

[令和7年度の結果より]

- ・5年生の全国体力調査において、立ち幅跳び、反復横跳び、20mシャトルランの種目が男女ともに全国平均より上回った。しかし、握力、50m走は全国平均より下回る結果となった。下回った種目については、日々の運動習慣から見直し、対策を打つ必要がある。

[今年度の取組み]

- ・はぴりゅうスポーツ広場を活用した「なかふじはぴりゅうスポーツパーク」と題して、年間を通して行う。校舎内のオープンスペースやギャラリーを活用し、「平均台」や「鉄棒」などの固定器具を使った運動、「体じゃんけん」や「なわとび」などの多数の種目を用意し、児童が運動に取り組みたくなる仕掛けを行う。
- ・秋に行われるマラソン大会の前後で「GO!GO!マラソンタイム」を実施する。気持ちよく走ることができるペースを児童自ら選べるよう設定し、実施する。

<児童の運動習慣の育成について>

☆大休みや昼休みにおいて、運動委員会を中心にはぴりゅうスポーツ広場の使い方や利用促進を図る。

- ・平均台などの準備物が必要な種目に関しては、業間に運動委員会の企画として行う。
- ・委員会活動は、はぴりゅうスポーツ広場の推進の一助とし最終的には児童が家庭においても取り組めるようにしていくことを目的とする。

<その他>

- ・教職員向けの体育に関するミニ研修を、年間3回以上行う。（ICTの活用等）

(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 福井市大安寺小学校

～学び合いを通し、主体性をもって取り組む体育の実践～

<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は、男女とも上体起こし、反復横跳び、長座体前屈で県平均を下回った。そのことを念頭に置いてトレーニングをしつつ記録向上は目指すが、それを目標に授業を行うことのないようにする。
- ・準備運動に、柔軟・補強運動やラジオ体操を取り入れ、体力の向上を図る。また、時間走や時間跳びを継続して行い、持久力の向上を図る。
- ・火・金曜日の大休みに業間体育（マラソンやなわとび）を行い、持久力の向上を図る。
- ・業間体育の成果を発揮する場として、マラソン大会・なわとび集会を実施し、自分のめあてをもって、意欲的に取り組めるようにする。
- ・業間体育の時間だけでなく、たてわり活動や各学級での学活等の時間の中でも、主体的に体を動かす楽しさを意識づけて、1日1時間は体を動かすよう取り組んでいく。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・低中高学年合同体育を実施し、異学年で学び合う授業づくりを行い、学習への意欲付けや技術の向上を図る。
- ・導入時に学習のめあてを提示し、学習意欲を高める。また、終末にふり返りを行い、めあての達成度や授業の中で考えたことや分かったことなどを発表し、次時の授業に生かしていく。
- ・ペアやグループでの活動を増やし、めあての達成に向けて、仲間と対話をしながら協力して活動をする。例えば、器械運動の時間にはICT機器を活用し、お手本動画を見てポイントを理解したり、動画を撮影して自分の動きや友達の動きとお手本の動きを見比べたりして自分達で考え解決していく活動を作るなど、子どもたちが主体性をもって活動できるよう支援していく。

<その他>

- ・業間運動に、はぴりゅうスポーツ広場を活用する時間を設定して、運動習慣の形成を図る。
- ・委員会活動で全校で運動するイベント等を企画運営して、運動遊びを推奨していく。
- ・体力テストの個人カードを作成し、これまでの記録や県平均と比較して、自分の体力を把握させる。また、生活の中でできる体力アップの取組を考え、家庭でも運動を継続して行うよう支援する。

(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 福井市河合小学校

目標をもって運動する楽しさを実感しよう!

<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について

- ・ボール投げに課題が見られるので、ベースボール型ゲームを体育の授業で行い、投げ方の指導を取り入れ、楽しみながら投げられるようにする。(平均3mアップを目指す。)
- ・長座体前屈の記録に柔軟性の課題が見られるので、各学年で柔軟運動を授業の中に入れられるようにする。(平均3～5cmアップを目指す。)

○体育の授業において

- ・毎時間、授業の初めにめあてを示し、児童が目標をもって運動に取り組めるようにする。
- ・体育の時間や体育的行事の時に、ラジオ体操を準備運動として取り入れる。
- ・熱中症対策をして、こまめに水分補給の時間をとる。
- ・ICTを効果的に活用し協働的な学びに取り組む。

○体育的行事において

- ・体育大会を実施することで、持久走や異学年と楽しむ遊戯走に挑戦することで多様な動きをつくったり考えたりする活動を通して目標をもって運動に取り組めるようにする。
- ・なわとび大会では、なわとびカードを活用し、いろいろな技能跳びに目標をもって挑戦したり、大縄跳びでは、各学年で目標回数を設定したり、意欲の向上を図る。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・休み時間に外遊びを推奨する。
- ・体育館の使用の割り当てをし、体を動かす機会を増やす。
- ・「はぴりゅうスポーツ広場」を体育の授業や休み時間に活用し、記録を打ち込む時間なども設け、自分の体力の向上を可視化できるよう取り組む。
- ・クラブ活動(スポーツクラブ)では、多種多様なスポーツが経験できるようにする。

<その他>

- ・食育を推進(全学年における栄養指導)する。
- ・保健の授業において、養護教諭と協力して、性教育やけがの手当ての実習をする。

(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 福井市麻生津小学校

- ・児童が楽しみながら、体力向上できるような工夫
- ・体育担当教員の連携による、系統的・継続的なカリキュラムの実践

<本校の体力向上の取組みについて>

○「持久力(体力)」の強化

- ・校内マラソン大会に向けて、「体力アップキャンペーン」と題し、約1ヶ月間、業間の時間を活用し学年毎に約7分間走り続ける。がんばりカードを全校児童に配付し、目標に向けて粘り強く取り組みもうとする児童を育て、やり遂げる達成感を味わうことができるようにする。

○系統的・継続的なカリキュラム

- ・各学年の体育担当教員が連携し、各学年の児童の実態に合った学習指導、低・中・高での単位における系統性を意識した指導法等の共通理解を図る。そのため、体育部会を組織し、体育の授業及び休み時間等の運動遊び、体育的行事の充実に向けた話し合いの場とする。
- ・各単位において、運動の行い方につながる補助運動を組み込むことで自分自身の体や動きへの意識づけを図り、運動能力の向上に繋げる。

○「保健授業」の充実

- ・年間指導計画において、より効果が期待できる時期に保健の授業を位置づけ、健康な体づくりへの意欲を高め、安全面や保健面についての知識を身につけさせていく。また、養護教諭や外部機関と連携した保健指導を取り入れる。

【保健学習】水泳学習の前:けがの防止、長期休業明け:健康な生活、心の健康 等

【保健指導】学校保健委員会、薬物乱用防止教室 等

<児童の運動習慣の育成について>

○休み時間における運動施設の解放による運動習慣の育成

- ・体育館、校庭、中庭、大ホールや空き教室を有効的に活用し、様々な運動遊びを奨励することで運動習慣の育成を図る。また、休み時間でも体育館で使える遊び道具を用意し、児童が様々な運動遊びに親し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、児童が様々な運動や遊びに積極的に取り組むようにする。また、長期休みにも活用を促し、家庭とも連携をして取り組み、運動意欲の向上につなげる。
- ・体育委員会作成の様々な運動遊びの動画を放送し、運動や遊びを喚起する。

<その他>

○お便りのメール配信

- ・保健便り、給食便りを各家庭にメールにて配信し、正しい生活習慣や休養および栄養をとることの大切さ、感染症に関わる免疫力の向上についてお知らせする

(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 国見小学校

体育学習を楽しみ、進んで運動に取り組もうとする児童の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

○体力づくりを図る準備運動の工夫

- ・令和7年度の体力テストの結果では、シャトルランと50m走が全国平均と比較すると記録が低い。陸上運動を重点的に行い全国の平均値を上回るようにする。
- ・時間走やなわとびの時間跳び、短距離ダッシュ、馬跳び、柔軟運動、壁倒立、雲梯ぶら下がり、キャッチボールなどを組み合わせて授業の最初に継続的に行う。

○主体性を育む授業展開の工夫

- ・授業で各自や各グループに応じた課題をもたせ、活動に取り組むようにする。活動後には振り返りをし、新たな課題をもたせ、次の活動につなげる。
- ・ペアやグループでの話し合いの場を設定し、対話による気づきにより動きや活動の方法を修正する。
- ・運動が苦手や運動に意欲的でない児童に対して、教師や友達との関わり方、活動の方法、ルール、場づくり、用具などの配慮をする。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・授業で使用したアプリを学校HPで公開し、家庭でも運動に親しめるようにする。
- ・園小や小中、近隣小学校との合同体育を実施し、他者との関わりを通して運動する楽しさを味わうことができるようにする。
- ・児童が「できた」「分かる」ということを実感させるために、児童の実態に応じた場づくりや教材・教具、学習カード、学習形態等の工夫・ICT活用に努める。
- ・体育館にボールを準備し、みんなで体を動かして遊べるようにする。時期によって11月～1月は鉄棒、マット、跳び箱を常設し、1月～2月はジャンピングボードを設置し、休み時間に練習に取り組めるようにする。
- ・はびりゅうスポーツ広場を積極的に活用している児童を担任へ報告したり、体育の授業で共有したりする。

<その他>

- ・保健の授業では、児童の実態などを踏まえて学習を進め、実生活の改善につながるようにする。内容によっては養護教諭とTTを実施し専門的な知識の習得を図り、実生活で生かせるようにする。
- ・学校だよりや学年だより、保健だよりなどで児童の体力や健康状況などを知らせ、体力向上やよりよい生活習慣の確立に向けて、家庭での協力を呼びかける。
- ・水泳学習に向けて、安全に関する事前指導を行う。
- ・児童が目標を入力したり記録を蓄積したりできるアプリを使用し個別最適化を目指す。

(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

岡保小学校

進んで楽しく体を動かし、体力の向上につなげよう

<本校の体力向上の取組みについて>

昨年度に引き続き、体力測定「握力」「柔軟」の項目が課題になったため、強化体操としてグーパー運動を行う。右手左手のそれぞれで二十回行うようにする。また、準備運動に柔軟の項目を追加していく。今後の体力測定の結果から強化体操の見直しを行っていく。

業間運動として、4月から11月の間は、週に2回(火、木曜日)3分間のグラウンド走を行う。(雨天時は短縄)3分間の音楽が流れている間、走り続ける。1～3年生は「マラソンカード」を作成し、4～6年生は「はぴりゅうスポーツ広場」を活用することで意欲付けを図る。11月以降は、短縄および大縄を行う。2月に計画している「校内なわとび大会」につなげていく。

<児童の運動習慣の育成について>

児童のモチベーションアップを図っていくために、「マラソン大会」や「器械運動発表会」、「なわとび大会」と授業を関連付けて行っていく。運動する機会を増やしていくために、体育委員会を中心にして大休や昼休みに行う遊びを企画・提案する取り組みを行う。また、縦割り班を活用しながら、大縄を下学年に教えることで意欲を高めることを図っていく。

<その他>

健康教育においては、毎朝ビジョントレーニングを行う。また、睡眠や食事などの生活リズムを児童自らがマネジメントしていくために、ICTを活用して、「セルフチェック」を行っていく。

5月24日(日)に計画している「岡保小学校校内体育大会・岡保地区区民体育祭」は合同開催で行う。地域と交流しながら競技を行うとともに、放送を始めとする係の仕事でも、地区と協力して行っていく。

(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 福井市東藤島小学校

運動に親しみ、楽しさを味わいながら、よりよい力を身に付けよう。

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・主運動につながる基礎体力、基礎感覚、基本技能が身に付く準備運動を取り入れる。
(立ち幅跳びの動き、バーピー運動、手押し車、鉄棒、動物歩き、けんけんぱ等)
- ・昨年度の体力テストの結果、男子では4年生の上体起こし、反復横とび、50m走、ソフトボール投げの平均値が、女子では5年生の上体起こしの平均値が全国平均値を下回った。この結果を受けて、学年によって差はあるものの、授業の導入で様々な体づくり運動や補強運動を適宜取り入れたり、的当てやドッジボールなどの投げる運動や物を握る運動を意識的に授業で行ったりする。
- ・ICTを活用し、めあてに向けて取り組んだことやできるようになったことを伝え合ったり、気付いたことを教え合ったりすることで、主体的・対話的な学習の充実を図る。
- ・養護教諭との連携のもとで保健学習に取り組み、自己の健康管理ができるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・各学年、週に2回程度の業間運動の持久走で、周回を記録し、全校児童100周以上を目指す。昼休みの自主的取り組みも加算できるようにして、運動に積極的に親しむようにさせる。また、縄跳びの業間運動も取り入れ、様々な跳び方を習得したり、長く運動を続ける力を身に付けたりできるようにする。
- ・昼休み、晴天時は全校児童外遊びを奨励する。

	業間運動	昼休み
活動 内容	持久走(晴天時、11月まで) 縄跳び(雨天時、12月から)	運動遊び
時間	15分	15分

- ・体育生活委員会活動の一環として、暑い時期・寒い時期の外遊びが難しい時期に、教室で簡単にできるような運動やはぴスポの手軽にできる運動を紹介するなどして、学校や家庭で運動に親しむことができるようにする。

<その他>

- ・体育館に縄跳びのジャンプ台を設置したり、鉄棒を設置したりして児童が大休みや昼休みに、進んで運動遊びに取り組めるような環境整備を推進する。
- ・夏休みには、親子そろってラジオ体操に参加したり、はぴスポに取り組んだりするよう啓発する。
- ・地区の行事等に積極的に参加するよう呼びかける。
- ・スマートールの見直しや学校保健委員会を通して、学校や家庭でのメディアとの付き合い方を考える機会を設ける。

(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 福 井 市 鶉 小 学 校

鶉の自然に親しみながら、
楽しく元気に進んで運動に取り組み、たくましい心と体をつくろう。

＜本校の体力向上の取組みについて＞

○業間運動・学校行事「マラソン」（週2回の5分間走）

グラウンドのトラックを周回するマラソン運動を行うことで、体力アップの成果を目指したい。

○業間運動・授業での運動推進「なわとび」

なわとび運動に対する意欲をもたせるために、短縄跳び運動の技を撮影して紹介する「なわとび選手権」を行う。また、全国長縄選手権に参加することを目指しに練習を行うことで、体力アップの成果を目指したい。

＜児童の運動習慣の育成について＞

○体ほぐしの運動の推進

授業の導入時に、体ほぐしの運動を準備運動と関連させて行う。体の調子を整えて仲間との交流を図り、仲間と活動することの楽しさに気づくことで、運動への意欲を高めたい。

○ICT機器の活用

児童が動画を撮って自分たちの動きを確認したり、お手本動画を活用したりして授業を行う。自分の動きを客観視したり、課題を可視化したりすることで、児童の意欲付けや、児童同士の学びを高め合うことを目指したい。

＜その他＞

○委員会活動

健康・体育委員会では感染症の予防や生活習慣の改善を目的とした活動の計画をしている。規則正しい生活や習慣的に運動を行うことで、心身ともに安定した状態を保つことができることや、免疫力が上がることなど、生活と健康の関係を児童に伝えていく。

(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

福井市本郷小学校

楽しく運動に取り組む態度の育成と児童の体力・技能向上を目指して

<本校の体力向上の取組みについて>

○昨年度、楽しく運動に取り組むことを目標に、取り組んできた。本年度も継続して取り組む。

・昨年度の体力テストでは、全国の平均と比べて、本校の結果は全体的に下だった。今年度は平均以上を取れるように活動していきたい。

・授業の開始時に学年に応じて、グラウンドや体育館を走ることで体力の向上を図る。

・走る・跳ぶなどの遊びやトレーニングを行う。

・毎週金曜日の大休みに全校で体力作りのために校庭や体育館を走る(3～5分程度)。その際には全校で募集した音楽を流し、意欲的に取り組めるようにする。

・毎週木曜日で全校体育を行う。その際に、鬼ごっこやリレーなど全校で楽しむ活動を行う。

・体幹や柔軟性の向上に向けて準備運動やストレッチなど楽しんで取り組めるよう工夫していく。

・授業の導入で基本となる動画を視聴させるなどで、運動に対する興味・関心を高める。

・学習カードや「はぴりゅうスポーツ広場」を活用し、児童の学習意欲や技術の向上を図る。(なわとび、器械運動など)

<児童の運動習慣の育成について>

・大休みや昼休みに体育館で遊んだり、外遊びをしたりすることを呼びかける。

・体育的行事に向けて推奨する遊びを提示する。(今後変更の可能性あり)

(5月) 校内マラソン大会 → 鬼ごっこ・ランニングなど

(9月) 地区合同体育大会 → 学年種目の練習・バトンパスの練習

(11月) 校内器械運動発表会 → 鉄棒の練習・マットの練習

・児童一人一人に目標をもたせ、学習カードなどを活用しながら体力や技術の向上に努める。

・「はぴりゅうスポーツ広場」を使い、楽しく運動に取り組めるようにする。

<その他>

○評価の工夫

・記録カードを作成し、記録を記入した後、次の目標を設定させることで、自身の伸びを実感させ、次の活動への意識を高めさせる。

○養護教諭・栄養教諭との連携

・保健や食に関する授業を計画的に実施し、家庭や地域に発信する。

○学校便り、学年便り、保健便り等を通して健康・体力づくりの啓発を行っていく。

(別紙様式1)

令和8年度 児童生徒体力づくり推進計画書 ～元気パワーアップ作戦～

学 校 名 福井市巣小学校

心も体も元気にたくましく!

<本校の体力向上の取組みについて>

○体育の授業

- ・授業の最初に500～600m（グラウンドトラック2～3周、体育館大回り5周）程度のランニングを行う。
- ・準備運動の中で、グーパー体操を必ず行う。
- ・準備運動に加え、壁倒立、馬跳び、鉄棒、うんてい、反復横跳び、柔軟体操などを積極的に取り入れ、体力の基礎を養う。

○夏季の業間（週1回）に、「ランランタイム」として5分間走を行い、持久力を高める。

<児童の運動習慣の育成について>

○天気の良い日には、大休みや昼休みの外遊びを推奨する。

○各クラスにボールと大縄を配布し、仲間と一緒に遊ぶ楽しさを実感させる。

○秋にマラソン大会を設定し、業間体育への取り組みの意欲付けとする。

○冬期の業間（週1回）では、「ぴよんぴよんタイム」として、縦割り班で8の字跳びを行い、異学年との交流を図る。

○冬期のなわとびでは、回数や技についての検定カードを使う。また、記録に応じて認定証等を渡すことで、意欲向上に活かす。さらに、学年主催の縄跳び大会を設け、運動に対する意欲を高めるとともに、大会に向けた練習を行うことで体力を高める。

○「はぴりゅうスポーツ広場」を利用した活動を周知し、できるところから取り組んでいく。

<その他>

○各学年の体育の授業を主で行う教員同士で連携をとり、段階的・計画的な指導を行う。

○食の指導や歯の健康の維持など、保健の学習との関連を図り、健康な体づくりを目指す。

○保健領域の授業において、各単元に合わせた自分自身の生活を振り返る機会を設け、健康に過ごそうとする態度を養う。

○「はぴりゅうスポーツ広場」の活動が家庭でも取り組めるよう保護者にも啓蒙し、運動への関心を高める。

(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 福井市鷹巣小学校

友達とのつながりを大切に、健やかな心と体をつくり運動
を楽しむ児童を育てる。

<本校の体力向上の取組について>

- ・昨年度の体力テストの結果を見ると、男女ともほとんどの種目において県の平均を上回っていた。しかし、ボール投げについて平均を上回らなかったため、スポーツタイムや休み時間などを活用して体力向上を目指す。
- ・今年も小規模校の特色や海に近い環境を活かした取組を継続して実施し、体力向上を図る。
- ・全校での砂浜マラソン・器械運動発表会・なわとび大会など体育的な行事と関連させてカリキュラムを組み、年間を通して体力の向上につながる授業を実践する。
- ・体育の準備運動の際にグーパー体操を取り入れ、女子にやや弱い傾向にある握力の強化に取り組む。
- ・体育の準備運動の際にキャッチボールを取り入れ、本校の弱い傾向にあるボール投げの強化に取り組む。
- ・器械運動発表会や縦割り班対抗大縄跳び大会など、異学年で交流する機会を設け、高学年の児童が下級生に教える活動を行う。
- ・保健の授業とは別に、栄養教諭による栄養指導や、養護教諭による衛生・健康教室などを行い健康に対する意識を高める。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・冬季になわとびカードを配付し、休み時間に友達と数え合いながら記録を伸ばす取組を行い、持久力や巧緻性の向上を目指す。
- ・マラソンカードやはぴスポを活用しながら、週1回はまかせ業間マラソン(5分間)に取り組む。それ以外の大休みと昼休み(それぞれ15分間・20分間)には、体育館や本校の広い中庭で、自由運動遊びに取り組むことを奨励する。
- ・年数回、委員会活動の一環として、全校や各学年で体育的行事(おにごっこやドッジボールなど)を企画・運営する。

<その他>

- ・小中併設校のため、中学校との兼ね合いから固定式鉄棒は常時設置しにくい。そのため期間限定で鉄棒を設置して集中して練習する。
- ・はぴりゅうスポーツ広場を利用して、家庭や休み時間に運動に親しむ児童を増やす。夏休みや冬休みに入る前には、学年だより等で周知して取組を推奨する。

(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 福井市長橋小学校

進んで運動に取り組み、体力アップを図る

<本校の体力向上の取組みについて>

- 少人数学校の良さを生かし、授業における運動時間をしっかり確保する。
- 準備運動の中に柔軟運動や短なわとびを取り入れ、柔軟性や敏捷性を高める。
- 週1回、業間に7分間マラソンを行い、記録カードを利用して意欲の向上と体力や健康の増進、技能の向上に努める。
- 体育の授業では、学習カードなどを使用し、個人の能力に合った目標記録を設定させながら意欲的に活動に取り組めるようにする。
- タブレットを活用して、自分の動きを撮影したものを振り返ったり、模範的な動きを確認したりして技術の向上を図る。

<児童の運動習慣の育成について>

- 晴天の日には、積極的に校庭に出て運動したり遊んだりするように呼びかけ、運動の習慣化を図る。
- 休み時間には、さまざまな運動や遊びができるように、場所や道具を提供する。
- 海岸段丘マラソン大会に向けて、前年度の記録更新を図るなどの目標設定を行い、活動への意欲を持たせながら持久力の向上を図る。
- 夏休み前や体育大会前には、体育の時間に重点的にラジオ体操を取り入れる。
- 養護教諭や栄養教諭の専門性を生かしながら、保健学習や食育を進めていく。

<その他>

- はぴりゅうスポーツ広場を活用し、運動習慣の育成を図る。
- 夏休みや冬休みなどの長期休み中に、親子で運動をする時間を設定してもらえよう、保護者懇談会や学級通信を通じて呼びかける。

(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 福井市森田小学校

進んで運動やスポーツに親しむ森田っ子の育成
～仲間とともに体力や運動技能を高められる授業や環境づくり～

<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では、握力の結果が、男女とも全学年で全国平均を下回っていた。そこで、委員会で体力テストの測定コーナーを設けるなど、休み時間でも運動に意欲的に取り組める環境を整える。
- ・1学級や1学年あたりの人数が多いため、コート of 広さやルールを工夫したり、用具を効果的に活用したりして、児童が運動に取り組める機会や回数がしっかり確保される授業を計画する。
- ・集合、整列、服装、あいさつ等、規律ある集団行動を意識して授業を行い、指導にあたる。
- ・授業の目標、単元の目標などを児童が確認する時間を設け、児童が見通しをもって学習に取り組む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>

- ・サッカーボールやソフトバレーボールを学級に配付し、休み時間の体育館や校庭の使用を学年ごとに割り当てることで、児童が自ら進んで運動できるような環境づくりに努める。
- ・なわとびができるスペースを設定し、校庭が使えなくなる時期であっても児童が運動できる環境を整える。
- ・はぴりゅうスポーツ広場を活用し、授業だけでなく、休み時間に行った運動を記録するなどして、運動への意欲を高められるようにする。

<その他>

- ・養護教諭や栄養教諭と連携を図りながら、保健指導を充実させる。児童の体格や生活習慣などの特徴、校内のけがの発生状況、簡単にできる応急手当の方法など、身近な題材を授業で積極的に取り扱っていく。
- ・学年便りや保健便り、給食便り、保護者懇談会等を通して、「早寝・早起き・朝ご飯」を中心とした生活リズムや食生活の大切さを家庭に伝えていく。

(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 明新小学校

明新っ子体力UP作戦!! ～ボールを投げる力を育む～

<本校の体力向上の取組みについて>

昨年度の体力テスト等の結果をみると本校児童は、握力、50m走、ボール投げにおいて全国平均よりも数値が低い。とくに50mとボール投げでは、学年・性別に関わりなく数値が平均を下回っていた。そこで、体育の授業の中で投げる力を高める運動を取り入れたり、運動遊びを出来るだけ経験させたりすることで、児童の体力向上につなげていきたい。また、基礎体力を向上させるための運動にこれまで同様に取り組んでいく。

- ・投動作が中心となる種目を授業に積極的に取り入れる。
(例: 的当てゲーム、ドッジボール、ハンドボール等)
- ・投動作につながる準備運動を、継続的に行う。
(とんくる体そう、片足バランスなど)
- ・ボールの投げ方や投げるポイントを、タブレット等を活用し視覚的に示すことで、児童が投げ方のコツをつかめるようにする。
- ・秋のマラソン大会前に、業間時間を活用しマラソンタイム期間を設ける。
- ・授業時にランニング等を実施し、運動量の確保と基礎体力の向上を図る。

※ランニングの目安

低学年… 1～2分または校庭1周

中学年… 2～3分または校庭2周

高学年… 3～4分または校庭3周

<児童の運動習慣の育成について>

- ・大休みや昼休みに、学級ごとに体育館や校庭を輪番で使えるようにし、体を動かす機会を確保する。また積極的に外遊びをするよう呼びかける。
- ・委員会が主体となり、楽しく体を動かす企画を計画する。雨天時など、活動場所が限られているときでも、体を動かすことができる環境をつくる。

<その他>

- ・養護教諭や安全主任と連携をとり、各学年に応じた保健の学習を進める等、健康や安全について意識できるよう工夫する。
- ・体育器具の活用方法を周知し、種目にかかわらず積極的に利用できるようにする。
- ・各学級へ運動用具(ボール、長縄など)を配付し、体育環境の整備に努める。

(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 福井市酒生小学校

互いに関わり合い、楽しみながら体を動かして体力向上を目指す

<本校の体力向上の取組みについて>

- 準備運動に、グーパー体操や柔軟運動を取り入れ、握力・柔軟性の向上を図る。
- 4年生以上の学年は、実施する体力テストを通して、自分の体力について知り、昨年度との比較から成長を見つめ、自身の目標がもてるようにする。
- タブレットを活用し、定期的に記録をとることで、自分の成長を確認できるようにする。また、運動のポイントの動画を見たり、自分の動きを撮影したりして、視覚的にポイントを学ぶことができるようにする。
- 体育の時間に、持久力向上のための運動(時間走や長距離走など)に継続的に取り組む。距離や時間は学年に応じたものにする。
- 委員会が主体となり、ドッジボール大会や大縄大会を計画し、楽しみながら運動ができる機会をつくる。
- 校内マラソン大会前には、試走や時間走を行い、持久力の向上を図る。
- 冬季期間中はなわとびを推奨し、基礎体力向上を目指す。

<児童の運動習慣の育成について>

- 晴天時の大休み・昼休みは、積極的に外遊びをするよう呼びかける。
- 2学年合同体育の時間を活用し相互にかかわりあいながら活動する場面を増やす。学年を超えて教え合う環境を設定し、児童の「わかった」「できた」につなげる。また異学年での交流を通して、楽しみながら運動できるようにする。

<その他>

- 養護教諭による保健学習を取り入れ、健康・安全への意識をもたせる。
- 学校だより、保健だより等で家庭へ啓発し、規則正しい生活習慣づくりへの協力を呼びかける。
- 長期休業中には、家庭でできる運動をはぴりゅうスポーツ広場を用いて呼びかけ、運動の習慣化を図る。

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 福井市一乗小学校

友だちとかかわり合いながら、体力づくりに取り組む子を目指して

○自分でめあてをもって取り組む

○「憧れ」から「自己実現」へ

<本校の体力向上の取組みについて>

・本校は極めて小規模校であり児童数が少ないため、体力テストの結果等から本校の状況を県や全国の数値と比較することが難しい。そのため、児童それぞれが県や全国の平均数値を目標に設定し、自分の記録と比べながら伸ばしたい力などを自己決定させていきたい。令和6年度から運用されている「はぴりゅうスポーツ広場」では、自分の記録の伸びと、県内児童の中での順位が分かるため、身近に競う相手が少ない本校児童にとってはよい刺激になるだろう。時間走などに準備運動を兼ねて取り組むことで、継続して楽しみながら体力アップを図れると考えている。

・体育の学習は全校児童で行うため、下級生は上級生を目標に取り組むことができる。上級生は憧れられる存在であるために努力することが望まれるが、運動が苦手な児童も友達にアドバイスをしたり、ゲームの中で作戦を考えたりすることで役割をもつことができる。教師は、指導対象が幅広くなるが、発達段階に合わせた声かけを行い、楽しみながら体力の向上を目指していく。例えば、走り方について、低学年には「腕を振って、足を上げて」と声かけするが、高学年には「足の回転を上げるために腕を前後に振り、歩幅を広げるために膝を上げ地面を蹴る」など、方策を理解させた上で体現できるように支援していきたい。

<児童の運動習慣の育成について>

・本校では、大休みや昼休みの過ごし方について、監護する教員の人数にも制限があるため、全校児童が同じ場所で活動することになっている。そのため、体育館にいたときには全員でドッジボールを楽しみ、グラウンドで過ごすときにはサッカーや一輪車などをして楽しんでいる。学年の枠を超えて同じ過ごし方をすることは、体育の時間同様にお互いにより刺激にもなっており、楽しみながら体を動かす機会となっている。

・家庭にも「はぴりゅうスポーツ広場」を学年だより等で啓発し、興味関心をもってもらうように働きかける。

<その他>

・健康的な生活習慣の確立のために、歯や口の健康づくりや目の健康づくり(ビジョントレーニング)を推進する。

・全校による給食(ランチルームシステム)により、食事のマナーや残食ゼロなどの課題を共有し実践していく。

・毎月出される保健だよりや給食だよりを意識させ、健康教育を推進する。

・これまでも大切にしてきた、少人数での助け合い、教え合いを継続していく。

(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 福井市上文殊小学校

一人一人が目標をもち、運動に親しみ楽しみながら、自己の体力向上を目指す

<本校の体力向上の取組みについて>

体力テストの結果から、学校全体として多くの種目において、全国や県平均値を上回る結果となっている。より児童の体力向上をねらい、以下のような取組を年間通して行っていく。

- ・隔週月曜日に業間マラソン・業間なわとびを行う。周回数を「はぴりゅうスポーツ広場」に入力することで、自身の記録向上や、日常的な運動習慣の定着を図る。(マラソン記録週間やマラソン強化月間、なわとび強化月間では毎週月曜日に行う。)
- ・体育館内に「運動ランド」を設定し、さまざまな運動遊びにチャレンジできる場の設定し、体育の授業の準備運動や休み時間等に活用する。
- ・異学年合同の授業を行う中で、互いに高め合う「教え愛」を授業の中で取り入れる。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・ボール運動において、児童とともにルールを決めるようにし、運動が苦手な児童も運動を楽しむように、また運動が得意な児童も資質・能力を高められるようにする。
- ・授業の中で、運動教具や器具の効果的な活用を紹介し、普段から進んでそれらを使って運動することを推奨し、児童の運動習慣を育成する。
- ・委員会が主体的に運動や健康に伴う企画を運営し、楽しみながら体力向上できるようにする。

<その他>

- ・体育的行事については、年間を通して計画的に行い、子どもたちが目標やテーマをもって活動することができるように努める。
- ・家庭での「はぴりゅうスポーツ広場」の活用を促し、家庭と連携しながら体力向上の取組みを行う。
- ・熱中症対策として、暑さ指数をもとに体育や運動に取り組む。また、寒い時期のけが防止対策を講じる。
(暑さの厳しい時期には、業間を中止する。プールや器械運動等の実施時期を、夏季冬季からずらす。冷房が効く教室での運動を取り入れる。)
- ・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。

(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 福井市六条小学校

運動や健康についての自己の課題を見つけ、仲間と協働して解決できる児童の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

○体力・運動能力調査の結果から

昨年度の体力テストの結果から、立ち幅跳びが全国や県平均と比べ男女ともに低かった。また、女子は県平均を下回った種目が6つもあった。全体数が少ないため、個人の差によるものが大きい。どの児童も積極的に体を動かせるような働きかけや機会を意図的につくっていききたい。また、一昨年までの結果として、握力と長座体前屈の結果が県平均を下回っていたことから、意図的に握力を使う場面を設けていく。柔軟性を高めるために、体育の準備体操でストレッチや柔軟運動を取り入れるとともに、家庭でも意欲的に取り組むよう声かけをしていく。

○業間運動への取組み

業間の15分間に全校マラソン、縦割り班別大なわ・体育集会を実施する。関連する体育的行事が近づいたら、強化期間として回数を増やす。また、雨天でマラソンが実施できないときには、月曜日・水曜日・金曜日の大休みに体操タイムを設け、縦割り班で体を動かす機会とする。

<児童の運動習慣の育成について>

○環境づくり

各学年にボール・長縄を配付したり、時期によって鉄棒や二重跳び台などの運動器具を常設したりして、休み時間に運動に親しめる環境作りを行う。

○はぴりゅうスポーツ広場の活用

普段あまり運動習慣がない児童が運動に親しめるように、体育や本校独自の六条タイムなどで意図的にはぴりゅうスポーツ広場に取り組む機会を設ける。体育館や校庭が使えない時などに、学級全体で教室ではぴりゅうスポーツ広場に取り組んだり、六条タイムで全校一斉に取り組む活動を取り入れたりしていきたい。

<その他>

○情報の発信

学校だよりやホームページなどで、体育的行事の紹介を行う。保健だよりを通して、「早ね・早起き・朝ごはん」を中心とした規則正しい生活習慣の大切さを発信する。

○感染症対策

手洗いや換気などの感染症対策を全職員で共通理解すると共に、児童にも手洗いや換気大切さを指導する。

○養護教諭との連携

養護教諭と担任とが連携して情報を交換することで、各学年の児童の発達に応じた保健学習を進める。発育測定などの時間を利用して、健康な体と運動が関わり合っていることを伝える。

(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 文殊小学校

※知的に楽しい体育 効率的により良い動きや力を身につける

<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を分析すると、ボール投げの数値が全国平均よりも低いということが分かった。そこで、授業導入に投げる動きを取り入れた遊びや活動を取り入れていきたい。また、児童用のグラブがたくさんあるので、休み時間には校庭でのキャッチボール、屋内ではドッジボールなどの活動を積極的に呼びかけたい。
- ・自分の技能や体力向上を意識できるように、単元によっては学習カードなどに記録をしながら運動に取り組む。

<児童の運動習慣の育成について>

「進んで運動したい」

- ・マラソン大会の前には、全校で業間マラソンを行う。校庭を5分間で何周走るのか目標を決めて、記録していく。(中・高学年は、はびりゅう広場の活用)
- ・なわとび記録会では、進級カードやはびりゅうスポーツ広場を活用する。
- ・冬季は、鉄棒を体育館に常設することで、筋力(握力)の向上や技術・運動への意欲向上を図る。

「運動が楽しい」

- ・学校行事では、地元の文殊山登山を行い、友達と楽しく体を動かしたり自然の中で運動したりして、基礎体力の向上を図る。
- ・校内スポーツフェスティバルを、高学年児童の企画、運営で実施し、主体性を育んだり運動に親しんだり、みんなで力を合わせて運動することの楽しさを実感できたりする機会とする。

「できるようになる楽しさ」

- ・器械運動や陸上運動などでは、自分の動きを知るためにタブレットを活用し、自分の体の動きを確認したり、友達の良いところと比べたりすることで、課題や目的意識を明確にして活動させたい。それをもとに練習活動を通して運動ができるようになる楽しさを実感させる。
- ・今年度は晴れの日を外遊びを推奨し、より多くの児童が校庭で活動することができるように呼びかけていく。

<その他>

- ・健康教育として、週に3日ビジョントレーニングを全校一斉で行う。また、2学期には健康委員会主催の学校保健委員会を行い、設定したテーマについて全校児童が考える場を設ける予定。
- ・中学校区教育の一環として、足羽第一中学校の母校訪問駅伝の見学、応援を行う。
- ・6～10月の時期に気温が高いことを考えて、全学年の体育の授業を涼しいうちに行うことができるように時間割を作成する。
- ・気温が高い日には、熱中症対応ボードを掲示して、体育の授業や休み時間の過ごし方について全校に知らせる。

(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 福井市東郷小学校

児童一人一人がめあてをもち、楽しみながら体力の向上に取り組む児童を目指して

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・「投げる力」を高めるために、低学年では、はぴりゅうスポーツ広場を活用してのボールの壁当てや的当てなどのゲーム、中学年以上はベースボール型の授業に取り組むことで、ボールを投げる機会を増やす。
- ・柔軟性を高めるためにペアストレッチを準備運動に積極的に取り入れる。
- ・「腕支持感覚」や「逆さ感覚」を身につけるために、体づくり運動の学習や器械運動の学習で手押し車・壁倒立・馬跳びや鉄棒を使用してのぶらさがりや、横移動などの感覚運動に取り組む。
- ・業間運動では、週1日全校児童で5分間走を行う。はぴりゅうスポーツ広場を活用し、結果を記録する。
- ・大休み・昼休みには、校庭や体育館で遊ぶことを励行し、運動の機会を増やす。
- ・縦割り班で遊ぶ日を年に数回設定し、児童主体で校庭や体育館での遊びを行う。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・体育授業担当者を中心に情報交換を密にし、指導の系統性を図ったり、指導についてアドバイスし合ったりする。
- ・ただ「本気で走れ」といった指導ではなく、自ら本気で走りたくなるような課題設定やしかけを工夫する。
- ・順位や記録のみに価値をおくのではなく、一人一人の「のび」に重きをおき、学習を始めた時よりどれだけ上達したのかを子どもたちが明確に実感できるようにする。
- ・授業の目標を示し、児童がそれぞれめあてをもって運動する。また、振り返りの時間を設定し、次時のめあてがもてるように授業づくりや単元構成を工夫する。
- ・運動が苦手や意欲的でない児童に対して、場の設定やルール、活動の仕方、用具などを配慮する。
- ・陸上運動や器械運動の学習においてタブレットを用いて動きを撮影し、動きのポイントと照らし合わせ、技の出来映えや課題を確認する。
- ・校内体育大会(5月)、体力・運動能力調査(6月)、マラソン大会(11月)、なわとび大会(2月)などの体育的行事を、体育で取り扱っている各領域と関連させ、目標をもって取り組ませる。

<その他>

- ・BLS教育を5・6年生、がん教育を5年生、薬物乱用防止教室を6年生で実施し、学習したことを普段の生活に生かせるようにする。
- ・新一年生の保護者にはぴりゅうスポーツ広場について説明し、学校だけでなく家庭でも運動に親しもうとする習慣を育成する。

(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 福井市日新小学校

健康を守り、運動の楽しさを味わい、運動に親しむ子

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・これまでの本校の児童は投力が課題であったが、昨年度は、投力を含むほとんどの種目で全国平均を上回ることができていた。昨年までの活動や取り組みが生きたのではないかと考える。以前までの取り組みが好結果を生んだ一方で運動が大変好き、まあまあ好きと答える児童は73%であり、約30%弱の児童はふつう、嫌いと答えた。この30%の残りの児童にも運動に親しんでもらい、運動習慣が定着するよう業間運動に、はぴりゅうスポーツ広場を導入していく。また、運動習慣が定着し、意欲的に運動に取り組むことによる、体力向上にも期待したい。
- ・冬期間の運動として縄跳び運動（短縄・連続大縄跳び・スピード8の字跳び）に組み込み、体力向上を図る。また、短縄には、大休みや昼休みを利用して、中学年以上においては年間を通じて取り組む。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・一人一人のめあてにあった活動ができるような場の工夫を行い、児童が主体的に運動に取り組み、運動量が十分に確保できる授業計画をする。
- ・自分ができたとわかるような数値目標や映像での比較を授業に取り入れ、自分で自らの成長を感じられるような授業の進め方を続ける。
- ・特にネット型ゲームやベースボール型ゲーム、ゴール型ゲームの時に、ICT 機器を効果的に活用し、自分の動きやチーム全体の動きを考えられるように、作戦タイムや話し合いの時間を設定する。
- ・運動が苦手な児童も進んで運動に取り組める教材・教具、指導方法を工夫する。例えば、走の運動では、タフロープを使い、ただ走るだけではなく、お尻につけたテープを浮かせるためにはどうしたらよいか、試行錯誤しながら児童が思考する場面を設定する。また、投の運動では、新聞紙や紙鉄砲を使うなど、道具を工夫して楽しめるようにしていく。
- ・業間運動などで、はぴりゅうスポーツ広場を使って、児童の運動に対する意欲づけを行っていく。

<その他>

- ・体育的な行事・イベントに参加するように児童を通して、家庭に呼びかける。
- ・体育の学習で行っている内容で、家庭でできる運動を紹介していく。
- ・学級活動の時間で友達と協力するようなレクリエーションを取り入れ、運動する楽しさを体感できるように活動していく。

(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 清明小学校

運動大好き!清明っ子元気パワーアップ大作戦!

～楽しく進んで運動に取り組む子の育成～

<本校の体力向上の取組みについて>

昨年度、学校オリジナル曲に合わせて行う準備体操を体づくり委員会で考えた。今年度は体育の時間の準備体操として全学年が取り組み、柔軟性や握力の向上を図っていく。また、本校は反復横跳びの記録が県平均を下回る結果が出ているので、サイドステップやクロスステップなど複雑な動きを速く行ったり、繰り返したりする運動に継続的に取り組み、調整力と敏捷性を向上させていく。

なおこれまで、授業の始めに持久走に継続して取り組んできたことで、続けて走ることができる時間が増えてきた。そこで、今年度は低・中・高学年で走る時間を設定し、系統的に個人の持久力アップに取り組んでいく。

<児童の運動習慣の育成について>

昨年度、体づくり委員会でなわとび企画を実施したところ、たくさんの学年や児童が参加し、友達やクラスの絆を深める機会となった。今年度も「バランスよく食事をとったり進んで運動したりして暑さに負けない元気な清明っ子をめざそう!」という委員会のめあてがあり、それを達成するために学期に1回を目安に、楽しみながら運動が行えるような遊びを委員会の児童を中心に行う。その他、マラソン大会前には大休みに全校マラソンを実施し、持久力の向上を図る。

積極的に運動に取り組む気持ちを高めるために、担任の管理の下、休み時間にも各学級にソフトバレーボールやサッカーボールなどの体育器具の貸し出しを行う。トレーニングルームになわとび用のジャンピングボードも準備し、児童の運動に対する意欲を高める。また、10分休みについては、本校のタブレット使用についてのルール範囲の中で「はぴスポ」を用いることができるよう教員に周知し、教室内でも簡単な運動に親しむ環境を整える。

<その他>

体づくり委員会が給食の栄養掲示板を使って、給食にどんな栄養が含まれているのか等を伝えるとともに、クイズ形式でも楽しめるような発表をお昼の放送で行うことで、食生活について興味をもつことのできる環境をつくっていく。

「はぴスポ」については、使い方や注意点を全校児童に伝えとともに、保護者に向けても改めて通知し、家庭でも運動に親しめるように連携を図る。

また、本校では学習以外のスクリーンタイムが長い児童が多い。スマートルールを基に家庭でのICT機器の使用のルールを設定するようにし、運動に取り組める環境を整える。

(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 福井市社西小学校

自己の運動状況を振り返り、運動における自己調整力を高める

<本校の体力向上の取組みについて>

○体力テストの結果を考慮し、継続的な運動トレーニングを取り入れる。

昨年度の体力テストでは、本校の長所として瞬発力(立ち幅跳び・反復横跳び)、短所として柔軟性や投擲力が挙げられる。

柔軟性を向上できるようなストレッチや、体を使った動きやトレーニング、またボール投げのトレーニングなどを、体育の授業で取り入れる。年間通じて学年に応じた内容を継続的に取り入れることで、児童自身が成長を実感できるようにしたい。

○振り返りを行う時間をできる限り設定する。

本校の今年度の研究主題は「主体的に学び確かな学力を身につける授業づくり～児童の自己調整力を高める振り返りの工夫～」である。めあてを伝え、見通しをもたせるとともに、授業後の振り返りを継続的に行うことで、児童が運動における自己理解をできるように努めていく。

○タブレット端末を活用した自己省察を実践する。

授業でタブレット端末を活用し、児童が自分自身の映像を分析できる場面を設定する。また、手本や他の児童の映像と比較することで、運動の目標設定⇒見通し⇒実行⇒自己省察の視点を体育の授業で取り入れていく。自己省察によって、児童の運動意欲向上にもつなげられるよう努めたい。

<児童の運動習慣の育成について>

○年間を通じて運動に親しむ仕掛けを設定して、「運動が楽しい」と感じる児童を増やす。

- ・体力テストの種目を体験できる場所を常時設置し、自己の運動能力を進んで試すことができるようにする。
- ・縄跳びは通年実施できる運動とし、進級カード等を用意して、児童の意欲向上につなげる。
- ・はぴりゅうスポーツ広場やマラソンチャレンジを導入して、児童が自己調整を行いながら運動に親しめるよう支援していく。

○外遊び・体育館での運動の機会の啓発

<その他>

- ・体育の時間に限らず、保健指導の時間、学級活動、給食の時間などを活用して、児童の健康について考える内容を取り扱う。
発達段階や各学年の状況に応じて適宜指導を進め、学年だより等で保護者へも周知し、家庭との連携を図る。
- ・健康教育においては、スクリーンタイムに言及し、保護者への周知を行う。
- ・体育大会などの学校行事で、地域・保護者とともに盛り上げることができるように努め、お願いをする。

(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 福井市越廼小学校

日常的に児童が主体的に運動できる場を工夫し、 体力づくりや運動の習慣化に対する意欲を高める

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・昨年度(R7)の本校の4年生から6年生の体力テストの結果をみると総合評価で5/6(12人中10人)はA又はB評価で、1/6(12人中2人)がD又はE評価であった。種目別に見るとボール投げや20Mシャトルランを苦手になっている傾向がある。今年度も運動に親しみながら全体的な体力の向上を図りつつ、走力、持久力、ボールを投げる力を向上できるように取り組む。体力テストでも昨年度の総合評価を維持または向上するように指導を工夫する。
- ・体育の授業では、学習の場の工夫やICTを利用しながら自分の体力や運動技能を見つめ直し、運動への意欲を向上させる。
- ・マラソン大会、器械運動発表会、なわとび大会などの各体育的行事に向けて、児童が意欲を高め、目標を持てるような掲示物や学習カードを工夫し、児童の体力向上につなげる。
- ・毎週火曜日の業間を「〇〇クラブ」と称し(走るときはランランクラブ、なわとびはピョンピョンクラブ)、委員会児童の運営のもと、全校児童が主体的に運動を行うようにする。主に、3分間走やリレーを行い、児童の体力や走力を向上させることをねらいとする。また、なわとび大会や器械運動発表会など体育的行事の前には、業間運動の頻度を増やし、なわとびや器械運動に児童一人一人が目標をもって取り組めるようにする。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・業間の遊びで体力づくりになる運動を紹介し、場の設定をして、日常的に楽しく運動に取り組めるようにする。
- ・業間運動の実践では学習カードの他にはぴりゅうスポーツ広場も利用して、児童がより意欲的に運動(ランニング、なわとび、器械運動)に親しめるようにする。

<その他>

- ・マラソン大会や器械運動発表会、なわとび大会などの体育的行事の際には、保護者や地域の方々に周知していただき、地域との交流を図るとともに、児童の運動への意欲を高める。
- ・保健の授業では、それぞれの学年の単元に応じて事前に養護教諭と連携を図り、課題にそった実際のデータを見せ児童に提示するなど、児童が課題意識を実感できるようにする。また、実習も取り入れることにより技能を身につけ、健康に生きようとする意欲を高められるようにする。

(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 福井市清水西小学校

- 1 様々な運動に取り組み、体の動きを高める力を向上する。
- 2 ふり返りを充実させ、めあてをもって運動を楽しむ姿勢を育てる。
- 3 生活とのつながりを意識した保健学習を行う。

<本校の体力向上の取組みについて>

昨年度、校内で実施した体力テストの結果、全国平均や福井県平均の記録と比較すると、男子は全ての種目で平均を上回っていたが、女子は上体起こし、立ち幅跳びの記録が低かった。そこで、「体づくりの運動遊び」や「体づくり運動」の時間に、腹筋を取り入れたり、つま先立ちジャンプを取り入れたりすることで、筋持久力や跳躍力を鍛えていきたい。また、文部科学省が示している「小学校まるわかりハンドブック」などを活用して、多様な運動を授業の中で取り入れ、体を動かす楽しさを感じながら運動させたい。

<児童の運動習慣の育成について>

体育的行事として、今年度も校内体育大会(短距離走)、マラソン大会(持久走)、なわとび記録会を実施する。それぞれの行事で一人一人に目標をもたせ、それに向けて取り組ませることで、児童が互いに刺激し合いながら、回数や勝敗を競うようにする。また、体育行事ごとにふり返りを行うことで、めあてをもって運動を楽しむ姿勢を育て、運動習慣の育成につなげていきたい。

業間休みの時間には、マラソン大会に向けて持久走の練習を行ったり、たてわり班での大なわ運動や短なわ運動を行ったりする。春から秋にかけては、持久走(4分間)と大なわ跳び(8の字跳び)を行い、走力や瞬発力の向上を図る。グラウンドが使用できない冬は、短なわ跳びや大なわ8の字跳びを中心とした活動を行い、1年間を通して体力づくりを推進していく。今年度も2月にたてわり大なわ8の字大会を予定しており、たてわり班で協力して取り組むことで、児童の意欲向上につなげる。たてわり班のグループで協力して運動する喜びを感じたり、高学年が低学年にうまく運動ができるように教えたりしながら、低学年の運動技能を身に付ける場面も大事にしていきたい。

<その他>

第3学年以上は保健の授業を計画的に行う。健康かつ安全、そして豊かな生活を送っていくためにも、学習内容を自分自身の生活と照らし合わせたり、学びを日常生活の中に取り入れたりすることを意識させながら学習を進めていく。その際に、養護教諭と連携を図りながら授業準備や授業に取り組み、児童の理解を深めることができるようにする。また、視力の低下を防止するために、清掃の前にビジョントレーニングを全校放送で行い、習慣化を図っていく。

(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 福井市清水東小学校

今年度は全ての学年が合同体育で授業を行うので、上の学年が下の学年の見本となれるような授業作りをしていく。はぴりゅうスポーツ広場を積極的に使い、児童が自ら運動するような学校を目指していく。委員会活動と連携し休み時間等にボールを投げる遊びや少しでも多く走るような企画を考え基礎筋力の向上を図る。

<本校の体力向上の取組みについて>

- 業間体育では、毎週2回業間マラソンの時間を確保し、体力向上を図る。また雨天の場合も中止にはせず、校内で持久跳びに取り組むなど、年間を通して運動の習慣を作る。マラソンカードやなわとびカードを用いて、児童が目標を持って取り組める環境作りを行う。
- 体育の授業では活動の時間を多く確保し、できるだけ教師の説明を簡略化して、児童の運動量の確保を図る。
- 水泳学習期間と11月～2月に固定鉄棒を設置し、鉄棒に取り組みやすい環境づくりを行う。

<児童の運動習慣の育成について>

- 合同体育大会、プール学習、マラソン大会、なわとび大会等の行事前には、目標をもって取り組めるように、各自でめあてを設定し、ふりかえりをする。
- 50m走の記録を4月、10月に測定する。自分の記録が伸びるように、体育の授業や業間体育の意欲付けを図る。
- 体育でのアップや休み時間を利用し、はぴりゅう広場を使って体力増進を図る。
- 委員会活動を通して、業間マラソン内で縦割り班でどのくらい走ったかを競わせる。
- はぴりゅうスポーツ広場にどんな種目があるか委員会活動の発表等で知らせて児童がレベルに応じた種目を積極的に行う。

<その他>

- タブレット端末を用いて、お手本を視聴させたり、試技を記録させたりすることで、自分の改善点に気付かせ、技の上達につなげる。
- 保健学習では、養護教諭と担任とが連携し、健康・安全などの指導を行う。
特に、4、5、6年生の体の学習については養護教諭から指導する時間を確保する。
- タブレット端末でスクリーンタイムの設定を呼びかけ、希望者に設定させる。
- 体力テストの結果を保護者に伝え、課題を共有する。
- 熱中症のリスクを考えて遊び方を工夫した上で、外遊びの時間の確保をする。

(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 福井市清水南小学校

体育の授業や業間運動を通して 楽しく体力づくりを進められる子を目指して

<本校の体力向上の取組みについて>

- 体育の学習内容や行事などに合わせ、マラソン、水泳、器械運動、なわとびなどの学習カードや掲示物などを工夫し、各自が自分のめあてをもち、それに向けて達成する喜びを感じられるようにする。
- 学習カードを記録集計し、過去の自身の記録を超えられるように啓発する。
- 昨年度の体力測定では握力の得点が低かったため、50%が平均を超えられるように、準備運動の際にグーパー体操を行い、握力の向上を目指す。
- 友達の記録を見たり、できることを教え合ったりする機会を設ける。
- 持久力に差が見られるため、業間活動では「お日様タイム」という時間を設けて、晴れた日は外遊びを推奨していく。また週2回（火、木）、持久力向上のために、4～10月には5分間走や全員リレー（雨天時はなわとびやエクササイズ）を行う。
11月～3月には縦割り班ごとで大縄とびを行い、大縄跳び記録会を通し、児童たちが達成感や充実感を味わえるようにしていく。

<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」「運動は大切」「進んで運動したい」と感じる児童を増やす取組みをしていく。
- 様々な種類のボールや竹馬、一輪車などの道具を体育館やグラウンドに常備し、自由に使える環境を整えることで運動遊びに親しむようにする。外で遊ぶ機会を増やしていく。
- ・児童が「できる」「わかる」を実感できる取組みをしていく。
- スモールステップや反復練習を取り入れた学習展開や場の設定を工夫し達成感や充実感を味わえるようにする。
- ・その他、運動習慣の構築に有効な取組みをしていく。
- 体育的な行事として地区合同体育大会、マラソン記録会、なわとび記録会を実施して日頃から運動していくことを意識付ける。

<その他>

- ・校内体育大会と地区体育大会を合同で行う。
- ・ホームページやブログ、学年便り、保健便りを使い、家庭に規則正しい生活習慣作りの協力を呼びかけるとともに、スマートルールを守るように指導する。
- ・プロスポーツチームの派遣事業を活用し、スポーツの技術向上と興味関心を高める。

(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 福井市清水北小学校

全 児 童 が 楽 し く 運 動 に 親 し め る 環 境 づ く り

〈本校の体力向上の取組みについて〉

児童が、体育の授業、特別活動、休み時間等、学校の教育活動全般を通して、運動することの楽しさやできなかったことができるようになった成就感を味わえることをめざして体力づくりに取り組む。そのために、日常のあらゆる場面で積極的に運動に親しみ、仲間とともに体力や技能を高めることができる環境づくりを推進していきたい。

- ・9月頃から、毎週火曜日に「ランランタイム」（業間運動）を行う。活動内容として5分間走や大縄跳び運動に取り組み、持久力や巧緻性やリズム感の育成を図る。5分間走では、児童はカードやはぴりゅう広場を活用し、めあてをもって意欲的に取り組めるようにする。大縄では毎回記録を計測し、仲間と協力して体力や技能を高められるようにする。
- ・ICTの活用（はぴりゅう広場）、場の設定、教具や学習カードの工夫などにより、技能や記録の伸びを明確にし、上達したことや伸びたことを実感させ、児童のさらなる意欲の向上を図る。
- ・日頃の体育の授業、ランランタイム、マラソン大会など運動に取り組む前には必ず「めあて」を立てる。自分が立てた「めあて」からどれだけ成長しているかを感じられるようにする。
- ・体力テスト実施後、児童が自分の体力について知り、分析することで、体力向上に役立てる。

〈児童の運動習慣の育成について〉

- ・「ランランタイム」以外の曜日には、体育館やグラウンドの他、「卓球場」などで多くの子供が運動に親しめるようにする。
- ・マラソン、器械運動、なわとびは、学習のまとめとして体育的行事を実施し、その体育的行事に向けての意欲づけを図る。
- ・集会活動時に、縦割りグループで楽しく運動できる遊びや全身を使ったゲームなどを企画し、運動に親しむ。
- ・委員会の企画で、縦割りグループで大縄跳び大会を実施する。
- ・水泳学習が終わってからも、指導されたことを意識しながら、プール開放などを利用して自分で練習をするよう、働きかけを行う。
- ・体力テストの結果を分析し、職員会議等に提出して本校の実態を全教員が共通理解し、劣っている種目を全校体制で強化していくよう努める。
- ・体育館でのボールの使用、竹馬やフラフープコーナーの設置など、投力の向上や児童が楽しみつつまんな運動に親しむことができるようにする。

〈その他〉

- ・体力テストの分析カードを保護者も見てもらい、子供の体力について関心を高めてもらう。
- ・学校だより・学年だより・保健だより等を通じて、健康・体力づくりの啓発を行っていく。また、体育的行事を学校だより・学年だより・ホームページ等で紹介する。

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 杉坂小学校

- 基礎体力を向上させるとともに、スポーツを通して協調性・社会性などを身につける。
- 生涯にわたり豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成する。

<保健体育の授業について>

○ウォーミングアップの工夫

- ・準備体操後に補強運動として(腹筋、背筋、腕立て伏せ、馬跳び等)を通年でを行い、基礎体力の向上を図る。
- ・単元に入る前のウォーミングアップとして、<リズムトレーニング><ゲーム性を取り入れたペアでのトレーニング>などを取り入れ、体と脳を同時に鍛えたり、活動の中で協調性を養ったりする活動を取り入れる。

○振り返りの定着

- ・毎時間学習カードやiPadを使って記録を残し、視覚的に技術や体力の向上をとらえ意欲的に運動に取り組めるようにする。

○体育分野、保健分野の授業の充実

- ・主に球技や器械運動の単元では積極的にiPadなどのICT機器を使い、教師の口頭での指示だけではなく視覚的に伝えることで、より理解を深めるようにする。
- ・生活習慣(食事・運動・休養)を見つめ直し、継続して取り組むべき事や改善すると良い点などについて自分たちで考える場面を設定し、普段の生活の中で活かせるようにする。

<特別活動について>

○体育大会の充実

- ・児童生徒が主体的に取り組めるよう、委員会とも連携させながら企画・運営する。
- ・授業で学習したことが発揮できるような場面を多く設定する。

<その他>

○外部指導者の積極的活用

- ・普段接することができないトップアスリートと直接関わることで、各競技への意欲付けや人間形成の育成に繋がるような機会を設定する。

○行事等への積極的参加

- ・北越四県野球大会や北陸三県バレーボール大会などへの参加を通して、みんなで運動する楽しさやチームで力を合わせて試合をする面白さなどを感じさせる。

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 福井市美山小学校

運動する機会を多く設け、楽しみながら運動の習慣を身につける

<本校の体力向上の取組について>

- 3小の昨年度の体力テストの結果から、握力や持久力を高めるために、準備運動の一環でグーパ体操を取り入れる。
- ICT機器を活用した授業作りを積極的に行う。お互いの運動する姿を撮影し、それを見ながらアドバイスする活動やふりかえりにタブレットを使うなど、児童の学びに効果的なICT機器の活用方法を考えながら授業づくりを行う。
- 体育館に鉄棒を常設し（10月～12月）、休み時間の取組を積極的に推進し、器械運動への関心を高める。

<児童の運動習慣の育成について>

- 業間での体力づくり
毎週水曜日の業間を体力づくりの日と設定する。

4～10月	10月～3月
マラソン	なわとび

- 「はぴりゅうスポーツ広場」の取組

体育の授業や休み時間、水曜日の業間体育など、自分が運動した結果をすぐに「はぴりゅうスポーツ広場」に記録するようにする。家庭での取組も記録するように呼びかける。

<その他>

- 保健の授業においては、養護教諭がT2として加わることで、より専門的な視点から指導の支援を行う。
- マラソン大会やなわとび大会の日程を年度初めに知らせ、保護者の参観を促し、児童の意欲を高める。