

(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 おおい町立佐分利小学校

互いに競い教え合い、たくましい心と体、 自分らしさをもった児童の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

○普段の授業の中で

授業始めのランニング、準備運動や補強運動などを取り入れ基礎的な体力を養う。単元を組み合わせる工夫を行い、マット運動や鉄棒運動などの活動回数を確保し、基礎感覚や技能の向上を図る。また、競い合ったり、教え合ったりする場の設定や学習カードなどの工夫を行う。

○体育的行事に向けた重点指導

校内マラソン大会やなわとび大会に向けて、目標カードや掲示物を作成し、児童の意欲づけを行いながら、達成感を味わえるようにする。なわとび大会に向けて、ペア学年で教え合いの場面を設定し技能の向上を図る。

○業間運動の充実

1・2学期は一輪車やなかよし班リレー、マラソン、3学期はなわとびを行い、児童の基礎体力の向上を目指す。一輪車検定カードやマラソン、なわとびカードを活用したり、掲示物を工夫したりして、児童の意欲づけを行う。また、2学期以降を中心に、ペア学年で遊びを通してつながりを深める異学年交流の機会を設ける。

<児童の運動習慣の育成について>

○スポーツクラブの充実

前期には、一輪車や陸上クラブを設け、運動に親しみながら体力の向上が図れるようにする。体育大会や陸上大会など、発表の場を設定し、児童に目標を持たせ、意欲的に取り組めるようにする。後期には、運動クラブを設け、複数の運動を選択できる工夫を行い、多様な運動に親しめるようにする。

○運動遊びの充実

学級でのみんな遊びや縦割りのなかよし班遊び、委員会主催のおにごっこやドッジボールなどを通して、月に1回以上、進んで体を動かす機会を設定する。

<その他>

○保健や健康に関する指導

水泳の学習では、消防署の方をゲストティーチャーとして招き、安全確保につながる運動として、着衣泳の授業を行う。保健の授業では、養護教諭とT・Tを組んだり、資料や教材を共有したりして、養護教諭と連携しながら授業を進める。体重測定後には、養護教諭が学年に応じた保健指導を行う。スマートルールを活用するなど、睡眠、食生活、心身のメンテナンス等、自己管理できる力を育成できるように保護者への呼びかけを行い、健康の増進・体力の向上を図る。

(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 おおい町立本郷小学校

目標の達成のためにチャレンジし続ける児童の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・体育の授業では、児童一人一人の運動能力に応じた場の設定を適切に行い、運動の得意な児童も苦手な児童も達成感を味わえるような環境を整備する。
- ・授業の目標設定と振り返りのための学習カードを活用し、児童に学習の見通しをもたせると共に、授業ごとのステップアップを図りながら様々な運動に取り組ませる。なわとびや水泳学習、器械運動については、はぴりゅうスポーツ広場や専用の技能検定表を用意し、様々な技に率先してチャレンジさせる。
- ・昨年度の体力テストでは、多くの種目で県の平均を下回った。児童の記録が向上するよう、特に筋力や跳躍力を高める運動を取り入れていく。
- ・保健の授業では、自分の生活を見つめ直す機会となるように振り返りを大切にする。また、月に一度の体重測定の際に、養護教諭が生活指導をする。

<児童の運動習慣の育成について>

- ・10月開催のマラソン大会に向けての持久力向上をめあてに、2学期に朝マラソンを実施する。各自が目標をもって取り組めるようにする。また、個人だけでなく、学級の目標を設定することで、学級全体で声を掛け合いながら目標を達成しようとする意欲を高める。
- ・3学期の校内なわとび大会に向けて、大縄跳びの練習を業間に行う。ペア学年で教え合うことで技術の向上を図る。
- ・体育委員会が中心となって、安全に体育館や外遊びができるよう、取組を行う。
- ・体を動かすことに慣れ親しむことで、休み時間に率先して運動する児童の増加を目指す。また、はぴりゅうスポーツ広場を活用し、肌寒くなる秋季にも外で活動できるよう、グラウンドにある登り棒や鉄棒などの遊具、一輪車や竹馬に挑戦する期間を設ける。

<その他>

- ・体育大会やマラソン大会などの体育的行事を多くの保護者に参観・応援してもらえるように、各学級・学年のお便りや学校だより、学校ブログで練習中の様子から積極的に紹介する。大会の運営(特に安全面)においては、保護者に協力を要請する。
- ・はぴりゅうスポーツ広場を活用し、児童の運動習慣が身につくよう、周知・活用していく。

(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 おおい町立大島小学校

体育と遊びを中心に、児童の体力向上と健康増進を図る

<本校の体力向上の取組みについて>

- 昨年度も上体起こしや立ち幅跳びなどの記録が全国平均を下回っているため、瞬発力や筋持久力が向上する運動を全校で取り入れる。
- 年間を通して業間マラソンや業間縄跳びなどに取り組ませる。業間マラソンと業間縄跳びでは、記録カードやはぴりゅうスポーツ広場を活用し、児童の頑張りが記録に残るようにする。また、縦割り班対抗で業間マラソンの走った距離を競ったり、大縄大会をしたりするなど、縦割り班活動を充実させ、児童同士が関わって運動をする機会を確保する。
- 業間マラソンでたくさん走っている児童を紹介し、表彰する。
- 郡連合体育大会前や校内マラソン大会前、校内なわとび大会前にも練習の時間を確保し、異学年交流を通して体力や技術の向上に取り組む。

<児童の運動習慣の育成について>

- 校内外の体育的行事(校内体育大会、郡連合体育大会、校内マラソン大会、校内なわとび大会等)の練習過程を大切に、運動の特性に応じた能力・技能の向上だけでなく、主体的に活動できるように、児童が自ら課題をもち、解決できるような指導をしていく。校内体育大会では、力強さ・リズム感を養える種目を取り入れる。
- 毎月第3土日を、「はぴりゅうスポーツの日」とし、家庭学習はなしにし、家庭でののはぴりゅうスポーツ広場の活用を推進する。週末にすすんで運動ができるよう、児童や保護者に働きかけをする。
- アンケートで「運動や体を動かすことが好き」と答える児童90%以上を目指す。

<その他>

- 業間や昼休みには、職員も児童と一緒に体育館やグラウンドで遊ぶようにする。
- 月に2回以上、業間に縦割り班活動や集団遊びを取り入れ、運動することが好きな児童を育成していく。
- 鉄棒、竹馬等を安全に留意して自由に使えるように常設しておく。
- 地域での各種大会や行事(丸木舟・伝馬船通し合いなど)、体育教室(卓球教室・バドミントン教室・ダンス教室など)への積極的参加を促し、いろいろな運動経験をさせる。
- おおい町の中学校の定期考査に合わせて中学校区で実施される「アウトメディア週間」を活用し、児童のタブレット等を見る時間を制限したり、睡眠時間をしっかり確保したりできるように指導をしていく。

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 名田庄小学校

心も体もたくましく、ねばり強く挑戦する子の育成

<本校の体力向上の取組みについて>

- ・年間計画の実施時期に基づき、各種運動の「がんばり月間」を設定する。
(5月:鉄棒、6～7月:水泳、9～10月:マラソン、1～2月:なわとび)
- ・「マラソン大会」「なわとび大会」前の業間の時間に、「業間マラソン」「業間なわとび」の日を設け、児童の持久力の向上を目指す。
- ・持久力向上のため、教科体育の時間において、鬼ごっこ遊びやなわとび運動を継続的に取り入れる。
- ・必要に応じて「体育カード」を活用して、児童がめあてをもって取り組めるようにする。
- ・「体育委員会」を中心に、全校で取り組める活動（大なわ大会等）を実施する。

<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を促して、家庭での時間や休み時間に、児童が自ら進んで運動に親しむことができるようにする。
- ・鉄棒やなわとびの発表会を実施し、児童が取組の成果を発揮して、達成感を味わえるようにする。
- ・本校では、体育大会を「たてわりまつり」と称して、異年齢集団活動を中心として実施している。種目の内容は実行委員会の児童が中心となって考える。また、学年の体力に応じたものを設定して、どの児童も元気に楽しく参加できる大会にする。
- ・月に一度、6年生が企画・運営する「にこにこタイム」（たてわり遊び）で全学年で遊ぶ機会を設ける。

<その他>

- ・養護教諭や栄養教諭と連携して、自己の生活習慣（早寝・早起き・朝ごはん・メディアの時間）を見直したり、健康な体づくりについて考えたりする授業を行う。
- ・メディアの使用時間を記録するカードを用いて、家庭と連携しながら、規則正しい生活ができるよう指導していく。
- ・身体計測の記録を児童一人一人がグラフにまとめ、自分の成長の様子を知ることができるようにする。
- ・年間を通して、ビジョントレーニングを実施する。