

印刷物仕様書

印刷物名	ふくしまっ子元気大賞Book		数量	20	<input type="checkbox"/> 部 <input type="checkbox"/> 枚 <input type="checkbox"/> 組 <input checked="" type="checkbox"/> 冊 <input type="checkbox"/> セット
印刷区分	<input checked="" type="checkbox"/> オフセット <input type="checkbox"/> フォーム <input type="checkbox"/> ダイレクト <input type="checkbox"/> 賞状 <input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> その他 ()				
用紙規格・印刷面・印刷色	<input checked="" type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B 4判 (<input type="checkbox"/> 仕上がり)		<input type="checkbox"/> ｲﾝﾁ × ｲﾝﾁ	<input type="checkbox"/> mm × mm	
	【表紙】 93. 5kg (紙の厚さ) <input type="checkbox"/> 上質紙 <input checked="" type="checkbox"/> コート紙 <input type="checkbox"/> アート紙 <input type="checkbox"/> レザック <input type="checkbox"/> 色上質紙 (厚口・特厚口) <input type="checkbox"/> その他 () <input checked="" type="checkbox"/> 片面刷 / <input type="checkbox"/> 両面刷 (4色)				
	【本文】 110頁 50. 5kg (紙の厚さ) <input type="checkbox"/> 上質紙 <input checked="" type="checkbox"/> コート紙 <input type="checkbox"/> アート紙 <input type="checkbox"/> OCR用紙 <input type="checkbox"/> ノーカーボン紙 (青・黒) (N) <input type="checkbox"/> その他 () <input type="checkbox"/> 減感 (枚目) <input type="checkbox"/> 裏カーボン (枚目) <input type="checkbox"/> 片面刷 (<input type="checkbox"/> モノクロ (頁) <input type="checkbox"/> 2色 (頁) <input type="checkbox"/> 3色 (頁) <input type="checkbox"/> 4色 (頁)) <input checked="" type="checkbox"/> 両面刷 (<input type="checkbox"/> モノクロ (頁) <input type="checkbox"/> 2色 (頁) <input type="checkbox"/> 3色 (頁) <input checked="" type="checkbox"/> 4色 (110頁))				
	【仕切紙】 枚 <input type="checkbox"/> 上質紙 <input type="checkbox"/> 色上質紙 (薄口・中厚口) <input type="checkbox"/> その他 () <input type="checkbox"/> 片面刷 / <input type="checkbox"/> 両面刷 (色)				
製本	<input checked="" type="checkbox"/> 無線 (あじろ) とじ <input type="checkbox"/> 針金とじ (<input type="checkbox"/> 中とじ <input type="checkbox"/> 平とじ) (カ所) <input type="checkbox"/> 上製本 <input type="checkbox"/> 見返し <input type="checkbox"/> 背文字 <input type="checkbox"/> バラ (枚帯掛) <input type="checkbox"/> 穴 (カ所) <input type="checkbox"/> ミシン (本) <input type="checkbox"/> セット仕上 (枚帯掛) <input type="checkbox"/> 天のり (組・枚 1冊) <input type="checkbox"/> 折り (<input type="checkbox"/> 二つ折 <input type="checkbox"/> 三つ折 <input type="checkbox"/> 巻三つ折 <input type="checkbox"/> 巻四つ折 <input type="checkbox"/> 経本折 <input type="checkbox"/> 観音折) <input type="checkbox"/> その他 ()				
グリーン購入	<input checked="" type="checkbox"/> 適合 <input type="checkbox"/> 不適合 <input type="checkbox"/> 対象外				
	【判断基準】 (1) 総合評価値 80 以上の印刷用紙を使用すること。(冊子形状のものについては表紙を除く。) (2) 印刷物の用途・目的に支障のない範囲で、可能な限りAランクの資材を使用すること。 (3) 報告書、ポスター、チラシ、パンフレット等の印刷物には、リサイクル適性を表示すること。 (4) オフセット印刷については、インキの種類ごとに規定された率以上植物由来の油を含有し、かつ芳香族成分が 1%未満の溶剤のみを用いたインキが使用されていること。				
写真	<input checked="" type="checkbox"/> カラー 570点 <input type="checkbox"/> モノクロ 点 【内訳】 <input checked="" type="checkbox"/> 支給 [著作権: <input type="checkbox"/> 無 (点) <input checked="" type="checkbox"/> 有 (570点)] <input type="checkbox"/> 撮影又はレンタル 点				
イラスト	<input checked="" type="checkbox"/> カラー 1点 <input type="checkbox"/> モノクロ 点 【内訳】 <input type="checkbox"/> 支給 [著作権: <input type="checkbox"/> 無 (点) <input type="checkbox"/> 有 (点)] <input checked="" type="checkbox"/> 書起し又はレンタル 1点				
支給原稿	【表紙】 <input type="checkbox"/> 普通紙 <input checked="" type="checkbox"/> 電子データ (使用ソフト: ワード) 【本文】 <input type="checkbox"/> 普通紙 <input checked="" type="checkbox"/> 電子データ (使用ソフト: ワード) 【イラスト】 <input type="checkbox"/> 普通紙 <input type="checkbox"/> 電子データ (使用ソフト:) 【写真】 <input type="checkbox"/> ネガ <input type="checkbox"/> プリント <input type="checkbox"/> 電子データ (使用ソフト:)				
原稿引渡	<input checked="" type="checkbox"/> 受注業者決定時 <input type="checkbox"/> 令和 年 月 日 (予定)				
校正責任者	所属名 教育庁健康教育課 担当者 渡邊 内線 (5133) 外線 (024-521-8409)			校正回数	3回
納入期限	令和 8年 3月 23日 (月)	データ納品	<input checked="" type="checkbox"/> 要 (形式: 電子ブック、PDF) <input type="checkbox"/> 不要		
納入場所	福島県教育庁健康教育課 【その他納品先】 <input type="checkbox"/> 有 (カ所) <input checked="" type="checkbox"/> 無				
特記事項	○支給原稿及び写真はめこみデータをそのまま使用し各ページにノンブル入れを行うこと。 ○支給原稿の体裁を整える作業を行うこと。 ○電子ブックは、目次と該当ページをリンクするようにすること。 ○データはCDにて納品すること。 ○電子ブックは、県ホームページに掲載します。				

(注) 1 必要な仕様は、別紙に具体的に書き入れること。
2 受注業者は、作業前に校正責任者と打合せを行うこと。
3 リサイクル適性の表示が必要な印刷物 (上記グリーン購入【判断基準】(3)を参照) については、受注業者は速やかに資材確認票を出納局入札用度課に提出すること。

令和6年度

サンプル（前年度作成）

ふくしまっ子
健康マネジメントプラン事業

ふくしまっ子 元気大賞 Book 【2024】



福島県教育委員会

ま え が き

東日本大震災から14年が経過しました。本県児童生徒の体力・運動能力は、震災直後著しい低下状況にありましたが、各市町村教育委員会及び各学校の御協力により本課が平成27年度から令和2年度まで進めてきた「ふくしまっ子体力向上総合プロジェクト」の積極的な推進が図られ、年々改善傾向をたどりしました。

令和3年度からは、「ふくしまっ子体力向上総合プロジェクト」の実践によって得られた有効な取組を継承する「ふくしまっ子健康マネジメントプラン」を実施し、児童生徒自らが望ましい運動習慣や食習慣を確立し維持できるよう、「自分手帳」の積極的な活用等を通して自分の健康課題を認識し、その解決に向けて主体的に取り組む健康マネジメント能力など、生涯にわたり学び続ける力の育成を目指しております。令和8年度からは「自分手帳」をDX化し、より一層効果的に活用できるよう準備を進めているところです。

令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果が発表され、本県における「体力合計点平均値」は、小5女子（9回連続）、中2男子（4回連続）、中2女子（2回連続）が全国平均値を上回りました。また、同調査における質問調査によると、昨年度全ての調査学年・男女で全国平均値を下回っていた「運動やスポーツをすることは好き」の割合が、中2男子で全国平均値を上回りました。中2男子の「体力合計点平均値」は、現行調査を開始した平成25年度以降で最も高い値となっており、子どもたちが運動に親しみ日常的に進んで体を動かす習慣を身に付けさせる取組の工夫が体力向上につながることを実感しております。

さらに、令和6年度学校保健統計調査におきましても、昨年度と比べて約4割の年齢層で改善し、運動身体づくりプログラムの自校化などの体力向上推進計画に基づいた様々な取組や、食に関する指導の全体計画に基づいた食育の実践などの成果が現れているものと、各市町村教育委員会及び各学校の御協力に感謝申し上げます。

県教育委員会では、「ふくしまっ子健康マネジメントプラン」の一環として「ふくしまっ子体力・健康優秀校表彰」を実施し、各校における素晴らしい取組を価値付け、その普及に努めております。今年度は公立小学校、中学校、義務教育学校、高等学校及び特別支援学校から児童生徒の体力向上に向けて特色ある取組を行っている10校を「ふくしまっ子元気大賞優秀校」として、また、体力向上に顕著な成果が認められた20校を「ふくしまっ子体力向上優秀校」として、さらに、公立幼稚園、小学校、中学校、義務教育学校、高等学校及び特別支援学校、さらに共同調理場から年間を通して食育の推進に取り組み、顕著な成果をあげた5校を「食育推進優秀校」として表彰いたしました。併せて、「なわとびコンテスト上位校」として、酪王協同乳業株式会社様の御支援により、小学校18校と中学校12校を表彰いたしました。

この「ふくしまっ子元気大賞 Book2024」は、「ふくしまっ子元気大賞」に応募していただいた全ての学校の取組を一冊にまとめたものです。今年度も、各校の創意工夫により、生き生きと活動する児童生徒の様子が県内全域から寄せられました。

本冊子や「ふくしまっ子児童期運動指針」、「自分手帳」を積極的に活用し、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するために、児童生徒の望ましい運動習慣の形成と体力向上を図る取組が推進されることを期待いたします。

結びに、本冊子を作成するに当たり、多大な御協力をいただきました応募校をはじめ、関係の皆様が心から感謝申し上げます。

令和7年3月

福島県教育庁健康教育課長 木幡 健

R 6 「ふくしまっ子元気大賞」応募校

ふくしまっ子元気大賞（小学校の部）

No.	校 名	地区	ページ
1	福島市立金谷川小学校	県北	1
2	伊達市立堰本小学校	県北	2
3	伊達市立小国小学校	県北	3
4	桑折町立伊達崎小学校	県北	4
5	二本松市立二本松南小学校	県北	5
6	二本松市立二本松北小学校	県北	6
7	二本松市立塩沢小学校	県北	7
8	二本松市立岳下小学校	県北	8
9	二本松市立安達太良小学校	県北	9
10	二本松市立杉田小学校	県北	10
11	二本松市立石井小学校	県北	11
12	二本松市立大平小学校	県北	12
13	二本松市立油井小学校	県北	13
14	二本松市立渋川小学校	県北	14
15	二本松市立川崎小学校	県北	16
16	二本松市立小浜小学校	県北	17
17	二本松市立新殿小学校	県北	18
18	二本松市立旭小学校	県北	19
19	二本松市立東和小学校	県北	20
20	郡山市立小泉小学校	県中	21
21	郡山市立片平小学校	県中	23
22	郡山市立喜久田小学校	県中	25
23	郡山市立御代田小学校	県中	26
24	天栄村立牧本小学校	県中	27
25	石川町立石川小学校	県中	28
26	田村市立船引南小学校	県中	29
27	三春町立岩江小学校	県中	31
28	白河市立白河第四小学校	県南	33
29	白河市立白河第五小学校	県南	34
30	白河市立五箇小学校	県南	35
31	白河市立小野田小学校	県南	37
32	西郷村立川谷小学校	県南	39
33	矢吹町立善郷小学校	県南	40
34	泉崎村立泉崎第一小学校	県南	41
35	泉崎村立泉崎第二小学校	県南	43
36	鮫川村立鮫川小学校	県南	44
37	会津若松市立城北小学校	会津	46
38	喜多方市立松山小学校	会津	47
39	喜多方市立豊川小学校	会津	48
40	北塩原村立さくら小学校	会津	49
41	三島町立三島小学校	会津	50
42	相馬市立山上小学校	相双	51
43	相馬市立八幡小学校	相双	52
44	相馬市立中村第一小学校	相双	53
45	相馬市立中村第二小学校	相双	54
46	相馬市立磯部小学校	相双	55
47	南相馬市立原町第一小学校	相双	56
48	南相馬市立原町第二小学校	相双	58
49	南相馬市立鹿島小学校	相双	59
50	南相馬市立小高小学校	相双	60
51	檜葉町立檜葉小学校	相双	62
52	いわき市立小名浜西小学校	いわき	64
53	いわき市立江名小学校	いわき	66

ふくしまっ子元気大賞（中学校の部）

No.	校 名	地区	ページ
1	二本松市立二本松第二中学校	県北	68
2	二本松市立安達中学校	県北	69
3	二本松市立小浜中学校	県北	70
4	二本松市立岩代中学校	県北	71
5	二本松市立東和中学校	県北	72
6	大玉村立大玉中学校	県北	73
7	南会津町立舘岩中学校	南会津	74
8	南相馬市立石神中学校	相双	75
9	富岡町立富岡中学校	相双	76
10	檜葉町立檜葉中学校	相双	78
11	いわき市立三和中学校	いわき	79

ふくしまっ子元気大賞（義務教育学校の部）

No.	校 名	地区	ページ
1	郡山市立湖南小中学校	県中	81
2	会津若松市立河東学園	会津	83

ふくしまっ子元気大賞（高等学校の部）

No.	校 名	地区	ページ
1	福島県立田村高等学校	県中	85

ふくしまっ子元気大賞（特別支援学校の部）

No.	校 名	地区	ページ
1	福島県立視覚支援学校	県北	87
2	福島県立聴覚支援学校福島校	県北	88
3	福島県立須賀川支援学校郡山校	県中	89
4	福島県立聴覚支援学校会津校	会津	90
5	福島県立会津支援学校	会津	91

資料	受賞校一覧	92-96
----	-------	-------

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
福島市立金谷川小学校	旗野 礼子	58	6	福島市松川町浅川字陳場21

「自分から」「しなやかに」「粘り強く」チャレンジする 金谷川っ子！！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

全校生みんなで仲よく身体を鍛えよう！
「業間体力アップタイム！！」



春から秋はサーキット（投げる・走る・遊具を使った運動）、秋から冬には持久走や縄跳び運動を継続し、総合的に体力向上をめざしています。

パラスポーツ競技に親しもう！
「若竹ファミリーでボッチャ！！」



昨年度の車いすバスケットに続いて、全校体育でボッチャに取り組みました。共生社会について学びながら、パラスポーツを楽しむことができました。

体育の授業や日常生活をリンクさせて！
「運動の日常化大作戦！！」



学習したことが遊びへとつながり、学年を越えて活動しています。ルールを守ることや協力する態度も養われています。清掃でも体力向上です。

子どもの主体性を育てる保健指導！
「健康マネジメントカアッパアッパ作戦！！」



保健室前には体験型保健掲示コーナーがあり、月替わりで楽しむことができます。心と体を一体とした健康教育に取り組んでいます。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は全校生58名の小さな学校ですが、とても仲よく元気に学校生活を送っています。運動遊びが大好きで、休み時間には多くの子どもたちが校庭に出て、運動に励んでいます。上級生がお手本となり、互いに高め合おうとする姿が本校の自慢です。今年で閉校となり、新年度から松陵義務教育学校へ移行となりますが、『金谷川プライド』である「自分から」「しなやかに」「粘り強く」生きる子どもの育成を目指し、全職員で取り組んでいきます。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
伊達市立堰本小学校	瀬川 満美子	68	6	伊達市梁川町新田字南荒野33

筋力、筋・全身持久力の向上をめざして～マラソン・運動タイム～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【マラソンへの取組】 (マラソンタイム マラソンカード等)



毎週火曜日と木曜日の8時05分～8時15分に全校マラソンに取り組み42.195km完走を目指して頑張っています。

【運動タイムへの取組】 (サーキットトレーニング)



種目は、20m 往復走、雲梯、ジャングルジム、鉄棒①(上がり技、支持回転技、下り技等)、鉄棒②(斜め懸垂)、ラダー走の6種目です。

【ボルダリングウォール】 (目指せ、オリンピック！)



地域の企業様(保護者)が寄付として設置して下さった「ボルダリングウォール」を、児童が楽しみながら利用しています。

【屋外バスケットボールコート】 (外でもシュートが打てる！)



同じく、地域の企業様(保護者)が寄付として設置して下さった「屋外バスケットボールコート」も、児童が楽しみながら利用しています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では、体力テストや日頃の様子などの実態から「筋力、筋・全身持久力を令和5年度より向上させる」ことを重点目標として、体育の授業や朝の運動などで、継続的に各種の運動に取り組んでいます。そして、他校にはない貴重な施設を有効的に活用し、児童の体力向上につなげています。今後も、この「課題に向けた全員での取組」を継続し、たくましく、しなやかな子どもの育成を目指してまいります。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
伊達市立小国小学校	佐藤 隆之	25	4	伊達市霊山町下小国字中島26-1

小国スペシャルメニューで体力アップ！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

ブラジル体操で ウォーミングアップ



朝の健康運動タイムや授業はじめのウォーミングアップとしてブラジル体操を取り入れています。動きながら肩関節や股関節の可動域を広げることで柔軟性の向上につながります。

運動身体づくりプログラム サーキット



ブラジル体操の後に運動身体づくりプログラムをサーキット形式で行っています。1つの種目が終わったら、走って次の種目の場所まで移動することで持久力の向上につながります。

主運動につながる スキルアップメニュー



運動身体づくりプログラムサーキットの中に体育の主運動につながるメニュー（陸上：ラダー・ミニハードル）、（水泳：バタ足）、（マット運動：前転後転）を取り入れています。

体力テストの結果を基にした 個別メニューでパワーアップ



新体力テストの結果を基に児童一人一人の体力に応じた個別メニューを2種目作成しました。運動身体づくりプログラムサーキットの後に2分間ずつ行っています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、全校生 25 名の小規模校であるため、全校生で運動に取り組む機会を多く設定しています。

週 3 回実施している朝の健康運動タイムでは、昨年度からスペシャルメニュー（ブラジル体操、運動身体づくりプログラムサーキット、スキルアップメニュー）を行っており、バランスのよい体力づくりに努めています。今年度の新体力テストの結果では、AB 段階がそれぞれ 28%、C 段階が 44% で、DE 段階の児童はゼロでした。2 学期後半から、新体力テスト結果を基に作成した個別メニューをサーキット後に 2 種目実施することで、さらに体力向上（AB 率 6 割以上）を目指します。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
桑折町立伊達崎小学校	青柳 俊宏	77	7	伊達郡桑折町大字下郡字細町1

明るく元気な伊達崎っ子～笑顔で元気にやってみよう～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【あぶくまマラソン】



4月から11月にかけて、本校では全児童が芝生の校庭を走るマラソンに取り組んでいます。学年の発達段階に合わせて、1・2年生は3分間、3・4年生は4分間、5・6年生は5分間と、走る時間を設定しています。

【縦割り班での遊び】



マラソン後は、縦割り班ごとに集まり、6年生が企画した「鬼ごっこ」や「ドッジボール」など、様々な遊びで再び体を動かします。上級生は下級生に優しく声をかけながら一緒に遊び、児童たちは、体を動かすことを楽しんでいます。

【マラソン大会】



ふくしま教育週間中、保護者や地域の方々の温かい応援のもと、児童たちは学校周辺の公道を力強く走り抜けるマラソン大会に挑戦しています。児童たちは最後まであきらめずに走りきり、達成感を味わっています。

【なわとび大会】



「なわとび大会」に向けて、児童たちは、始業前や休み時間を利用して自主的ななわとび練習に励んでいます。さらに、県教育委員会が主催するなわとびコンテストにも積極的に参加し、日頃の練習成果を発揮しています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は芝生の校庭という恵まれた環境にあります。芝生は、児童を自然と外に呼び込み、体を動かしたくなるような魅力的な空間を作り出し、転倒や滑り込みによるケガのリスクを軽減します。また、芝が蹴る力を吸収するため、足腰への負担を軽減しながらも、効果的な運動を可能にします。芝生の校庭が、児童の体力向上を促す理想的な場を作っています。

さらに、本校では、校庭を100周走ると認定証が授与されるという取組が、児童たちの運動意欲を大きく高めています。このおかげで、休み時間には多くの児童が自主的に走り、活発に活動する姿が見られます。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立二本松南小学校	太田 孝志	252	14	二本松市亀谷二丁目 123

「心で満点」南っ子肥満解消・体力向上プラン

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

体育の授業

【体力向上を目指そう 体力アップ大作戦】



体育科の授業では、児童が運動に親しみ、めあてをもって進んで運動に取り組めるよう、学習カードや掲示資料を活用しながら、体力の向上を目指しています。

食育指導

【食について見直そう 健康スマイル大作戦】



栄養教諭との T・T の授業を行い、各学年のねらいに即し、自ら望ましい食生活を考え、実践しようとする力の向上を目指しています。

コラボ健康パート2 委員会活動(体育委員会、給食・保健委員会)

【コラボで深めよう 健康チャレンジ大作戦】



昨年度、複数の委員会が協力し、体力向上について考える活動を行いました。今年は、そのパート2として、肥満解消と体力向上を目指し、体育委員会と給食・保健委員会が「健康」をテーマに、各々オリジナルのミッションを準備しました。縦割清掃班で協力し、ミッションをクリアしながら、健康について全校生で考えました。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では、「心で満点」を合言葉に、「進んで運動し、体力や運動能力を高めようとする子ども」の育成を目指しています。体育科の指導や食に関する指導の充実、児童が主体となって運動や健康づくりに取り組む児童会活動の工夫などを中心に、肥満解消と体力向上に向けて取り組んでいます。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立二本松北小学校	児山 秀典	324	15	二本松市郭内一丁目1

北小げんきっ子フラン

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【体力アップ大作戦】



新体力テストの結果から、課題のある種目に焦点を当て、その動きにつながる運動を行います。

【親子運動会】



学年行事を通して親子で運動に親しむ学年も多く見られます。

【業間マラソントイム】



持久走記録会に向けて全校児童が自己目標達成に向かって取り組みます。

【おやつのととり方指導】



学級活動の時間に「おやつ」の正しいとり方について栄養教諭より指導があります。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

「体力アップ大作戦」は縦割り班活動で行う活動です。1～6年生が協力して運動に取り組んだり、お互いに励まし合ったりしながら、みんな笑顔で活動しています。児童たちは、この時間を楽しみにしています。

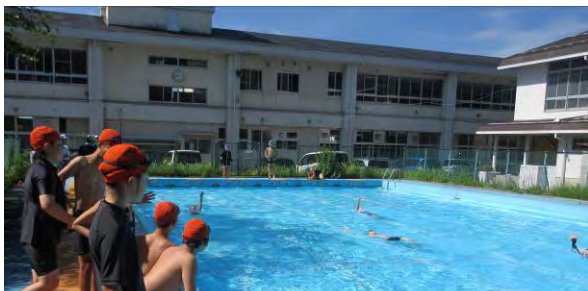
令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立塩沢小学校	菅野 芳弘	75	8	二本松市塩沢町一丁目238-1

自己マネジメントの育成と集団マネジメントの育成

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【授業・夏休みのプール開放で体力アップ】



自分の目標に向かって、体育科の授業(6月～8月)、夏休み中のプール開放時に、泳法を身に付けるなどの練習に取り組んだ。また、8月29日の水泳記録会では、自己新記録を目指しながら練習の成果を発揮した。当日は、より具体的なめあてを立て泳ぐことができた。

【健康委員会「歯の大切さ」の呼びかけ】



健康委員会が、各教室をまわり、歯の大切さや歯みがきの方法について、発達段階に応じた説明と指導を行った。また、「よくかむ」「正しい生活習慣」などについても呼びかけ、歯の大切さを伝えた。

【地域住民と踊る湯川小唄】



運動会に向け、塩沢地区に伝わる湯川小唄に合わせて、踊りの練習をした。コミュニティースクールでの昨年度の意見を生かし、運動会では児童、教職員、保護者に加え地域住民も一緒に踊ることで、郷土文化の伝承にもつながった。

【楽しく朝マラソン】



1学期ははじめから年間を通して、月・水・金の朝のマラソンを行った。健康委員会が放送で呼びかけたり、曲を流したりと児童のアイディアを取り入れることで、走る意欲が高まっている。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

健康委員会が中心となり、毎朝のマラソンに取り組んでいる。放送で呼びかけたり、音楽をかけたりして、意欲を高め、日々体力を向上できるよう取り組んだ。また、健康委員会が養護教諭と相談しながら、昼休みに「歯の大切さ」を呼びかけた。今後は、健康委員会を中心に児童のアイディアを取り入れながら、感染症予防、正しい手洗いなどを呼びかけるとともに、保護者への発信も行う予定である。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立岳下小学校	車田 敦子	151	9	二本松市大壇175-1

子どもたちと教員とが一体となって目指す「岳下っ子」体力アップチャレンジ！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【全校生で持久力アップ！昼のマラソントイム】



持久走記録会に向け、全校生で昼休みにランニングに取り組んでいます。記録会は異学年でペアを組み、走った周数を数えたり、応援したりして盛り上がります。

【上級生が下級生に長なわの跳び方を伝授！】



なわとびコンテストに向け、縦割り班で上級生を中心に下級生へ長なわへの入り方や跳び方を教えています。この活動で、跳べる子どもたちがぐんと増えます。

【4色対抗の運動フェスティバルで他学年も応援】



令和4年度より運動フェスティバルも縦のつながりを意識して4色での活動を行っています。四方向に引く綱引きを実施し、学年を越え応援する姿が見られます。

【教員も授業づくりについて学び合う機会の確保】



体育部の教員が積極的に体育科の授業を開き、授業づくりについて学ぶとともに、見取った子どもの姿を基に語り合っ、教材や指導のアイデアを広げています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

今年度は、4月から縦割り班で一緒に遊んだり、オリエンテーリングを行ったりと、学年を越えたつながりが一層強くなりました。4色対抗の運動フェスティバルでは、縦割りチームの力を結集して活動しました。また、各学年で「長なわ跳び」に取り組んでいます。昨年度は、運動委員会が中心となり、縦割り班でも、学年でも昼休みに長なわ跳びの活動に取り組んできました。今年度は、委員会児童が結果を放送したり、記録を蓄積したりする等、より楽しく、意欲的に活動することができるようにしていく予定です。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立安達太良小学校	齋藤 みちる	40	4	二本松市岳温泉一丁目 177-1

安達太良の環境を生かした体力向上の取組

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【朝のうんどうタイムで体力向上】
楽しみながら、様々な運動に取り組む



朝の時間に、校庭の遊具を使った運動に全校生で取り組んでいます。楽しく体力アップを目指します。

【地元アクティブパークの活用】
多様な動きをつくる運動として



スケートボードに挑戦しました。バランスをとるのが、とっても難しい！体幹も鍛えられそうです。

【業間の5分間走】
コツコツ走って、持久力アップ



業間の時間に、校庭で5分間走にチャレンジしています。自分の目標に向かってがんばっています。

【全校生による親子安達太良山登山】
豊かな自然を楽しむ



地域のマウンテンガイドさんや保護者の方の協力を得て、全校生での親子安達太良山登山を行っています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校には室内プールがあり、天候に関わらずいつでも入れるので水泳の学習がとても充実しています。また、縦割り班で自由遊びをしたり、集会活動を行ったりする場を確保していることで、異学年で仲良く遊ぶ姿が見られます。登山やスケートボード、スキーなど、安達太良の恵まれた環境を生かして、体力向上に取り組んでいます。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立杉田小学校	及川 博睦	191	9	二本松市中江195-1

授業も休み時間も楽しく運動！たくましい子、すぎっ子！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

学校の課題に合わせた 運動身体づくりプログラム！



課題である敏捷性や瞬発力を高めるために、運動身体づくりプログラムのカンガルー跳びとカニ走りの距離を伸ばして競い合ったり、リズムを変えたりして楽しく取り組んでいる。

みんなが楽しめる 運動委員会によるイベント！



運動委員会が主体となり、王様ドッジボールやおにごっこなどルールを工夫して、学年の枠を超えてみんなが楽しめるイベントを企画している。

冬といえば…なわとび！



12月から3月は登校したらなわとび！なわとび記録会での目標のため、みんなでやると楽しいから…ジャンプ！

運動するのは当たり前！？



登校したら校庭を走る。昼休みはみんなで外遊び。先輩たちが駅伝をやっていたから私たちも参加…杉田小では朝から運動するのが当たり前！？

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

すべての学年の体育科の年間指導計画を見直し、同じ時期に同じ領域を行うように計画した。その結果、職員室内で体育に関する話題が増えたり、教具や教材を共有したりするようになった。そのことが授業改善につながり、結果として休み時間に同じ時期に鉄棒や球技など同じ運動に親しむ児童が増え、異学年で仲良く運動に親しんでいる。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立石井小学校	中丸 徹	81	7	二本松市小高内3

児童主体の体力アップ～心も体もたくましい石井っ子～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【運動タイム①

マラソンやサーキットトレーニングで体力アップ】



水曜日は、運動委員会が考えたサーキットトレーニングで体力アップを目指しています。登り棒やミニハードル等を使って全身を鍛えています。金曜日は、マラソンタイムで音楽に合わせ、自分のペースで走っています。

【運動タイム②

縄跳びや長縄で体力アップ】



水、金曜日の雨の日には、縦割り班ごとに縄跳びや長縄跳びを行っています。班で技を教え合ってお互いに高め合っている姿も見られています。5、6年生が縄を回し、長縄跳びに楽しく取り組んでいます。

【自分手帳を活用した行事への意欲アップ】



4・5・6年生は自分手帳を活用して、自分の運動や食事について見つめ直す時間を設けています。新体力テストやマラソン大会等に目標をもって取り組み、振り返りをしています。

【望ましい食生活で食べる力、体力をアップ】



「食べる力」が育つことをねらい、全学年が栄養教諭による食育の授業を実施しています。食事のマナーや食べ物の栄養などについて学びました。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、運動ができる広いホールがあり、雨天時も思いきり体を動かすことができるため、通年で運動タイムを行っています。運動委員会が主体となって考えた運動タイムで体力アップに取り組んでいます。自分手帳の活用や食育授業を行うことで、自分の運動や食習慣を見直し、心と体の育成を図っています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立大平小学校	相沢 周	77	8	二本松市竹ノ内22-1

自ら伸ばす！わたしたちのからだ！ぼくらのちから！

○ 体力向上に取り組んでいる元気な様子

業間休みを活用した体力づくり (らんらんタイム)



新体力テストとコラボした体力測定 (大平っ子オリンピック)



11月に行われる持久走記録会に向けて、児童会の体育委員会が企画しました。5分間の持久走に全校生で取り組んでいます。

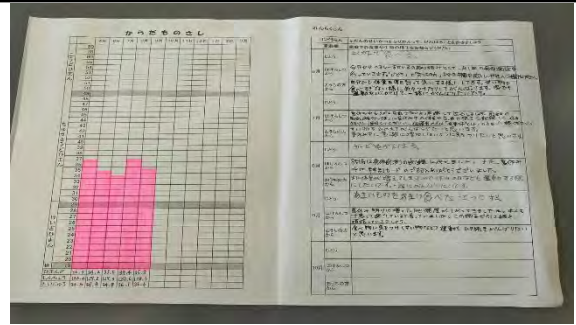
児童会の体育委員会が企画し、新体力テストのおよそ1ヶ月前に50m走の測定を行うことで、テストへの目標をもたせました。

業間休みを活用したえがおタイム(全学年)



今年度から始めた「えがおタイム」では、全校生が集まって、楽しくふれあいながら仲間づくりや体力づくりを楽しんでいます。

個別肥満指導(へるしーすまいる)



身体測定の結果から肥満傾向と診断された児童に対し、毎月の身体測定や健康相談、長期休業中のチャレンジシートの実施等に取り組んでいます。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

子どもたちが苦手意識をもたない、限界を作らない、どんなことにも「自分から進んで」「自分で考えて」「自分でくふうして」チャレンジする。それが大平小学校のモットーです。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立油井小学校	高橋 政喜	499	21	二本松市油井台5

油井っ子体力向上プラン

○ 体力向上に取り組んでいる元気な様子

児童の実態に合わせた
運動身体づくりプログラムの実施



「新体力テスト」の結果や、学級の実態・運動領域に合わせて、主運動の前に「運動身体づくりプログラム」を実施し、体力向上を図っています。

運動委員会による、持久走ランキングの実施



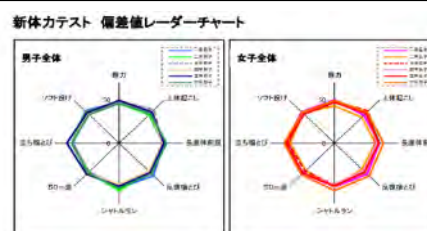
運動委員会の活動発表の時間に、よいフォームでの走り方を伝えたり、持久走の記録を GoogleForms で集計しランキングを発表したりする活動をし、持久走運動に対する意欲を高める活動を行っています。

食に関する授業マネジメント力アップ



全学年で栄養教諭とのT・Tの授業を行い、望ましい食生活への関心を高めるとともに、ワークシートを活用して各家庭に食について呼びかけをしています。

新体力テストの結果を生かした体育科授業の改善



今年度の「新体力テスト」の結果を夏休み直後に全職員で確認する時間を設定しました。全体的傾向や各学年の結果をもとに、2学期以降の体育科の授業改善に生かせるように共通理解を図っています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では、体育科の授業の充実を柱に、児童が自己の身体と向き合い体力向上に向けた取り組みをしています。週に数回、朝の時間を活用して、心と体の目覚めを図ったり、体力向上に向けた取り組みを行ったりしている学年もあります。また、休み時間に一輪車等の器具を使い、楽しく運動に取り組めるようにしています。

令和6年度 「ふくしまっ子元気大賞」 応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立渋川小学校	石川 淳	104	7	二本松市渋川字神明森27

自分で作ろう健康な身体! ~渋川小学校 健康増進プロジェクト~

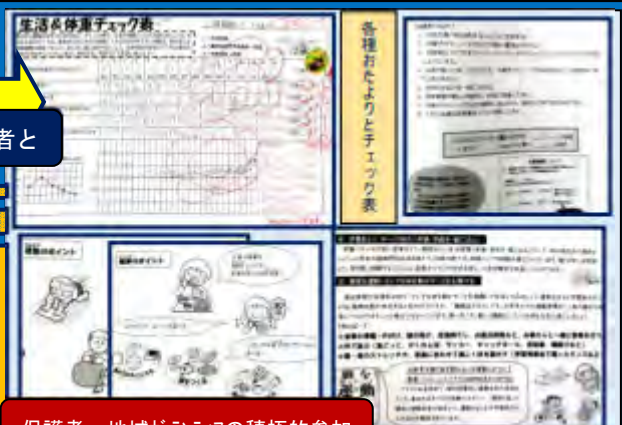
○「健康増進プロジェクト」取り組みの様子

P 「肥満対策プロジェクト」の立案
(全体計画の作成と手立ての構築)



体力テスト、健康診断の結果分析から、本校児童の実態を把握。良さ(強み)を伸ばしながら、課題に対しては、改善策(手立て)を明確にした全体計画を作成する。「肥満」の解消が本年度の課題である。生涯教育の視点に立ち、全児童の意識を高め、理解につなげるため、全校生で取組を進めていくこととする。

D 保護者への啓発と連携
(保健だより等で保護者を巻き込む)

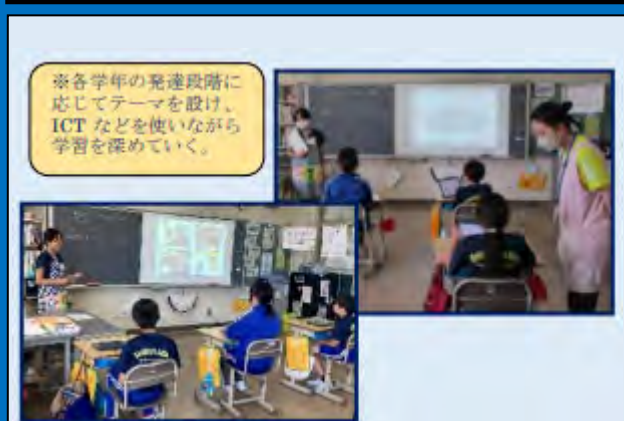


保護者・地域ボランティアの積極的参加

該当児童については、保護者の理解・協力を得るため、事前アンケートを取り、それを基に健康相談を行う。保護者の困り感に寄り添い、一人一人に応じた支援・サポート策を立てていく。毎週水曜日に「生活・体重チェック表」をもとに進捗状況の確認を図る。望ましい生活習慣の確立に向け、メディアコントロールも積極的に進めていく。

関係機関と

D 関係機関(専門家)の指導機会
(自分の体に興味をもち、自分を知る)



養護教諭や栄養技師との学習の機会を設け、専門的な立場からの指導を受ける。「食育」(おやつ摂り方)では、望ましい生活習慣・食習慣を身に付けることが心身の健康の保持増進につながることを意識付けた。食事の量や時間帯を見直し、自分でコントロールしようという思いが高まってきた。

学校で

D 運動の習慣化と運動量の確保
(運動身体づくりプログラムをベースに)



「できた」「楽しい」を実感させる体育科の授業づくりを目指す。授業導入では、運動身体づくりプログラムを位置づけ、気持ちよく体を動かすことを体感させる。飽きずに楽しく取り組めるよう、プログラムに様々なヴァリエーションをもたせ(自校化)、楽しみながら運動の習慣化を図っている。また、保護者や地域ボランティアの協力を受け(水泳、ボール運動等)、学習効果を高めている。

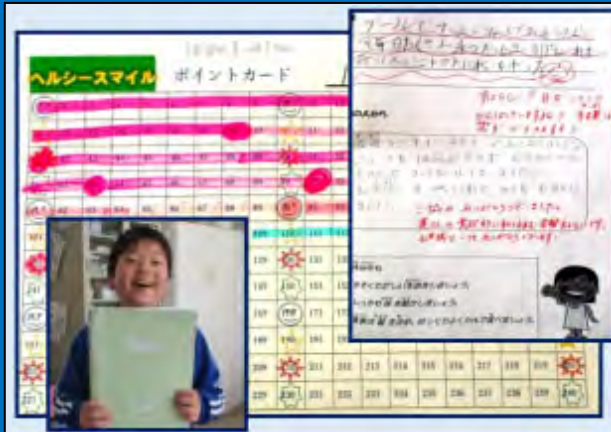
○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

D 業間の活動の充実〈全校〇〇タイム〉 (RUNRUN タイム、なわとびタイム等)



業間の時間は、全校生でマラソンに取り組む RUNRUN タイムや、県の「縄跳びコンテスト」に挑戦する時間を設定。「全校生みんなと一緒に」交流する機会は児童にとって楽しみである。授業が終わると友達と声をかけ合い、活動場所に飛び出す。目標を持たせ、記録を累積することで意欲的な取組になっている。

D 養護教諭企画の各種実践事項 (ヘルシースマイル、ポイントカードの活用)



肥満指導の印象を変えていくことを意識して実施した(ポジティブなイメージへ発想の転換)「へるしーすまいる」(健康・笑顔)をテーマに掲げ、楽しい企画を児童と一緒に考え、自己肯定感を育めるように実施した。また、達成感を感じられるように、ポイントカードを作成し、できることが増えるように働きかけた。

D 楽しく体を動かす意識を高める (児童の発想で、児童が主体になって)



委員会(運動、保健)活動を中心に、体を動かすイベントを企画。昼の放送やポスターでよく噛んで食べることを呼びかけたり、縦割り班で体を動かす遊びを催したり、心身の健康への意識を高める取り組みをしている。手作り賞状には笑顔がはじける。

C,A 自分手帳を活用して振り返る (自分の体について知り、評価・改善)



自分手帳を活用する。自分の記録を記し、残すことで、視覚的に自分の体の変化や成長、今の体の様子を知ることができる。「心身の健康」について考える機会を意図的・継続的に設けることで、自分の体へのマネジメント意識を高める。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は全校児童104名の小規模校である。周りを豊かな自然に囲まれ、穏やかな環境の中で子どもたちは仲良く元気に生活している。地域人材とのつながりが強く、体育科の授業や保健指導では、地域ボランティアの方の協力・支援を受けている。「心身ともに健康な児童の育成」をめざし、教育活動を効果的に関連付けた指導にあたっている。将来的には、「健康マネジメント」を児童自身が進められるように、「習慣化」「継続」「楽しさ」を合言葉(コンセプト)に、全校あげて取り組んでいる。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立川崎小学校	菅野 桃子	89	7	二本松市上川崎字上種田1

心も体も元気いっぱい 川崎っ子

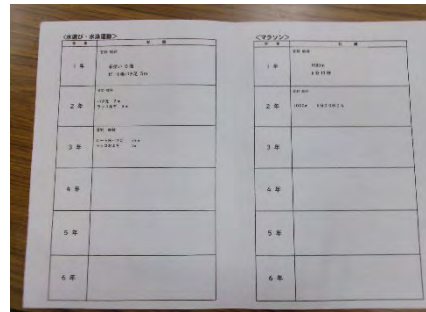
○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

外部講師と家庭との連携



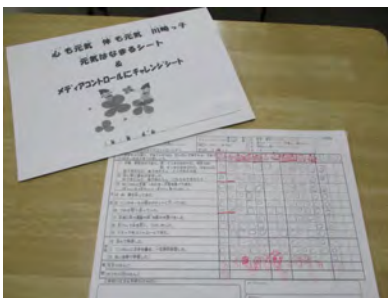
PTA の活動で、親子で楽しむ「ライフキネティクス」を行いました。コミュニケーションを図りながら、よい汗を流していました。

体力向上への取り組み



「体力のあゆみ」という、水泳・マラソン・なわとびの記録を6年分蓄積するカードがあります。記録会前に振り返ることで、昨年を超えようとする姿勢を育みます。

元気はなまるシートの活用



メディアコントロールや規則正しい生活習慣についてチェックを行い、健康の保持増進に取り組んでいます。

なわとびコンテストへの参加



なわとびコンテストに参加しています。体力向上や自分の記録にチャレンジする姿が見られます。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、体育が好きな児童がたくさんいます。授業で学習したティーボールやサッカーを休み時間に行ったり、鬼ごっこで元気に走り回ったりしています。秋はマラソン記録会に向けて、懸命に走る姿が見られましたし、冬はなわとび記録会やなわとびコンテストなどに取り組んでいます。

また、食に関する授業や「元気はなまるシート」による生活習慣を振り返る活動など、保健指導にも力を入れています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立小浜小学校	石川 勝佳	98	7	二本松市小浜字藤町100

意欲的に運動し のびのび遊ぶ 元気いっぱい的小浜っ子

○ 体力向上に取り組んでいる元気な様子

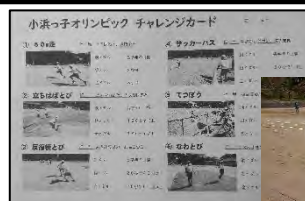
年間 2 期で行う業間マラソン



繁忙期や酷暑時期を避けた5～6月と9～11月に業間マラソンに取り組んでいます。事故防止のため、走る際は4クラスごとで実施しています。

運動委員会の企画

「小浜っ子オリンピック」



児童会活動として、運動委員会では「小浜っ子オリンピック」を企画しています。新体力テストの種目や巧緻性を高める運動にチャレンジします。

校内記録を意識した新体力テスト

学年	男子	女子
1年生	5分30秒	5分30秒
2年生	5分30秒	5分30秒
3年生	5分30秒	5分30秒
4年生	5分30秒	5分30秒
5年生	5分30秒	5分30秒
6年生	5分30秒	5分30秒



体育館入り口の広場には新体力テストの校内記録を掲示しています。テストの前に記録を確認し、それらを目標としたり更新を目指したりして取り組んでいます。

上位を目指せ

「特設ランニングクラブ」



二本松一周駅伝や体力向上を目指して、4年生以上の希望者を募り、特設ランニングクラブの活動を行っています。自己ベスト記録を目指して、励まし合いながら活動しています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、校庭が昇降口から出てすぐという好立地のため、短時間でも児童が校庭に出て運動に取り組んでいます。また、職員室からもすぐ目の前のため、児童に声をかけたり、一緒に運動したりする教員も多いです。校庭にはさまざまなラインが引いてあり、鬼ごっこやドッジボール、野球などの遊びがいつでもできるようになっています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立新殿小学校	高松 宏光	30	4	二本松市西新殿字永作10

新殿っ子すこやか体力向上プロジェクト

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

朝から元気！

ぐんぐんタイムで体力向上



毎週2回、朝の活動「ぐんぐんタイム」では、持久走や縄跳び等、運動の時間を取り入れています。走った分だけ学習カードに色を塗り、児童は自己の頑張りと体力の向上を実感できるように取り組んでいます。

食育授業

毎日の食事での大切なことを学ぼう



地域の食育サポーターを活用し、日々の食事における栄養バランスについてなど、児童の実態に応じた内容で、食育の授業を行いました。自ら食や栄養について考え実践していくための自己マネジメント力を養います。

運動身体づくりプログラム

体育の授業で様々な動きを身に付けよう！



体育の授業では、福島県で取り組んでいる運動身体づくりプログラムを、全学年毎時間実践しています。主運動に関わる動きを重点的に行うなど工夫しながら、児童が様々な動きを身に付けることができます。

岩代ロードレースに全員で参加！

自分の目標に向けて粘り強さと体力がアップ



岩代ロードレース大会に、学校行事として参加しています。目標タイムを設定したり、自分に合ったペースを見つけたり、児童それぞれが目標をもちながら、目標達成と体力向上に向けて取り組んでいます。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では体育科の授業はもちろん、週2回の朝の活動「ぐんぐんタイム」を設定し、全校生で持久走や縄跳びにチャレンジして体力の向上に努めています。また、地域スポーツへの参加を契機に、目標を設定し、達成のための方法を探りながら努力する過程も大切にしています。さらに、食育の授業などを実施することで、健康課題である肥満の解消にも年間を通して取り組み、生涯にわたって健康的な生活を営む基礎を育んでいます。子どもたちは、努力することの大切さを実感したり、自他を認め合う機会にしたりすることで、「自己マネジメント能力」の育成にもつながります。身体も心も「元気いっぱい」です。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立旭小学校	堀江 茂樹	16	3	二本松市田沢字鳥上44

あさひっ子体力向上プロジェクト！！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

岩代ロードレースに全校で参加
目標を設定し、カードを使って、体力向上



昨年度に続き、岩代ロードレース大会に全校児童で参加します。自分で目標を設定し、持久走記録カードを活用して、自己目標に近づくことができるように取り組んでいます。

親子体操教室

お家でもできる体操を覚えて体を動かそう



スポーツクラブの職員を講師として招き、家庭でも行うことができる体操を親子で行いました。学校だけでなく、家庭でも気軽に運動を行う機会を増やすことができればと思います。

業間運動

ボール投げと持久走を組み合わせ体力向上



週に2回業間運動で持久走とボール投げを組み合わせた運動を行っています。2種類の運動を組み合わせることで意欲の低下を防止し、積極的に運動に取り組んでいます。

運動身体づくりプログラム

楽しく運動し、運動能力を向上させよう



体力テストで課題になっている持久力や跳躍系の運動能力を向上させるために、短時間で繰り返し変化をつけながら運動を行っています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では、火曜日と木曜日の週2回全校児童で、業間マラソンを行っています。晴天時は校庭でマラソン、ボール投げをし、悪天候時は体育館で20mシャトルランを行っています。冬季はなわとびコンテストの各種目にも挑戦し、毎回記録を取りながら体力向上を目指しています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
二本松市立東和小学校	肥沼 志帆	175	8	二本松市針道字大町西46

走る東和！漕ぐ東和！みんなで輝くとうわっ子 ～体力向上・生活リズムづくりプロジェクト～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

東和の伝統 ～東和ロードレース～



11月には、東和の伝統である東和ロードレース大会があります。子どもたちは、自分の目標に向かって2kmを一生懸命に走ります。

全校生で体力アップ ～体力づくり運動～



今年度は毎週月・水・金曜日に全校生でマラソン運動を実施しました。冬場はなわとびコンテストに参加し、体力アップに励んでいます。

地域とつながる ～カヌー教室～



地域の方々を講師に招き、丁寧に教えてもらいます。毎年開催されるカヌー教室を子どもたちは楽しみにしています。

全体指導から個別指導へ ～食育の推進～



全学年で食に関する授業を実施します。肥満指導では、希望者に「東和にこにこプラン」として月に1回の測定と個別指導を実施しています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

東和小学校では、毎年東和ロードレース大会や二本松市一周駅伝大会、カヌー教室などの地域で盛んに行われている運動に積極的に参加しています。今年の東和ロードレース大会では、全校生が参加し、34名の児童が入賞しました。体育の授業はもちろん、マラソンや外遊びなどの運動に積極的に取り組んでいる児童がたくさんいます。また、カヌーやバドミントンなど東和地区でさかんに行われているスポーツに積極的に取り組みながら、体力の向上を図る児童がたくさんいます。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
郡山市立小泉小学校	左雨 貴子	44	4	郡山市富久山町北小泉字清水50

こえろ！今までの自分 小泉五リンピック 2024

～教育活動全体で行う**体**づくり・**健康**づくり・**生活習慣**づくり～



○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な『小泉っ子』の様子

- (1) 体育授業の充実 (6) 運動身体づくりプログラムの活用
(7) 新体力テストの活用

合同体育、運動身体づくりプログラム



低・中・高学年ブロックでの合同体育では、「運動身体づくりプログラム」から始まり、学習内容によって補助運動も行います。また、新体力テストの活用として、「握力」「柔軟性」「投力」を重点目標として、定期的に測定を行い、記録することで、目標に向かって努力する児童が増え、ICTの活用で自己の動きを確認することで「学び合い・競い合いの場」も増えました。その結果、体力・運動能力調査では、昨年の県平均を上回る種目や学年が多く、投力は、ほとんどの学年で、全国平均を上回りました。

- (1) 体育授業の工夫 (9) カリキュラムマネジメントの工夫

外部講師（水泳 陸上 体づくり）の活用



全学年外部講師による「水泳教室」を実施、高学年はトップアスリートの「陸上教室」を実施し動きの基礎やコツを教えていただきました。ファイヤーボンズコーチによる「体づくり運動」を、低・中・高学年がそれぞれ行ったことで、児童は、多様な動きをつくる運動遊びを通して、体を動かす楽しさとともに、できたことの喜びを感じることができました。郡山市オリ・パラレガシー継承事業「する・みる・支える・知る」スポーツ教育「タグラグビー教室」を行い、運動の楽しさを体験しました。

4月

5月

6月

7月

9月

10月

11月

12月

1月

2月

小泉スポーツフェスタ

小泉スイミング

小泉トラック&フィールド

小泉マラソン

小泉ジャンプロープ

- (1) 体育授業の工夫 (3) 体育的行事の工夫
(9) カリキュラムマネジメントの工夫

小泉五リンピック



「小泉五リンピック」は、年間を通して実施しています。

- ① 5月 小泉スポーツフェスタ（運動会）
- ② 6月～7月 小泉スイミング
- ③ 6月 小泉スポーツテスト
- ④ 9月～11月 小泉トラック&フィールド
- ⑤ 11月 小泉マラソン
- ⑥ 1月～2月 小泉ジャンプロープ



44名の子どもたちは、「目標」「努力」「友情」「協力」「体力」の五輪のもと、日常的に楽しみながら「運動の習慣化」と「体力向上」を図っています。「小泉五リンピック」は、体育科の学習、道徳での折れない心の育成、児童会活動の取組（スマイル委員会：インタビュー、健康委員会：会の運営）とリンクさせています。縦割り班で行う団体競技は、児童が考案した競技を行います。給食や家庭科、学活での食育、毎朝のマラソン、休み時間の自由遊び等、小泉小の教育活動全体を通して行われる教科等横断的な学習活動です。「小泉スポーツフェスタ」「小泉マラソン」（「学校へ行こう週間」に設定）は、保護者が参観できる行事となっています。自分の「目標」に向かって「努力」し、自分だけではなく友だちと一緒にがんばることで「友情」を育み、みんなで「協力」し、「体力」を高めることを目標とすることで、自己マネジメント力の育成にもつながります。

(2) 業間・放課後の活用 (4) 教材・教具の工夫
(7) 新体力テストの活用

「あそびっ子タイム」



毎月1回 昼 13:05～13:30
「あそびっ子タイム」全校生で実施
竹馬・ボール投げ・ミニハードル・鉄棒
ドッジボール・おにごっこ・なわとび

月に1回「あそびっ子タイム」として、水曜日の昼休みの時間に、校庭や体育館で、いろいろな学年の友達と関わりながら、運動を楽しんでいます。5～9月は、新体力テストの結果から、本校の課題である「投げる力」「握力」を高める活動も取り入れ、4分ごとに4種類（竹馬・ボール投げ・鉄棒・うんてい等）の運動をローテーションで行っています。10月は、6年生考案「ドッジボール大会」11月は「全校おにごっこ」を行いました。

(2) 朝の時間の活用
(6) 資料の活用（自分手帳、ふくしまっ子児童期運動指針）

朝の時間の活用 月曜朝「さわやかタイム」



毎朝のマラソン(自分の目標達成に向けて)
毎週(月)朝8:10～8:20「さわやかタイム」
ラジオ体操 → アイアイ体操(眼鏡筋・マツサージ)→さわやかチェック(健康チェック)

朝のマラソン、昼休みの外遊び等に意欲的に取り組む時間を設定することで、児童期運動指針に掲げられている「1日60分以上」の確保につなげています。1週間のスタートは「さわやかタイム」から始まります。「ラジオ体操」「目の体操」「体幹トレーニング」で、体を目覚めさせます。その後「さわやかチェック表」で生活をふり返ります。「1日60分の運動」などの項目もあります。

(8) 学校歯科医・家庭との連携

健康な歯は元気の源「食」「運動」へも影響

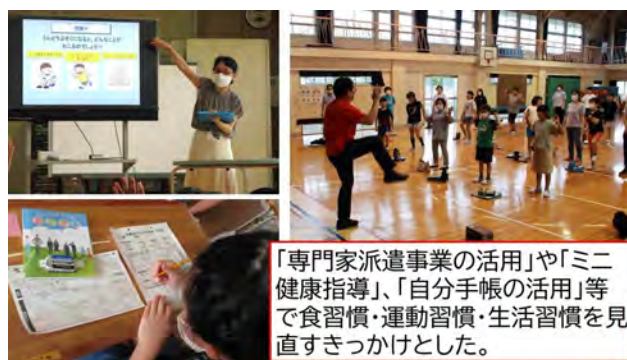


ロイロノートで撮影し、後日養護教諭が一人一人個別指導実施

学校歯科医・歯科衛生士を講師として、全学年で「歯みがき教室」を実施し、「正しい歯のみがき方」を教わりました。児童は、鏡を見ながら歯の汚れをしっかりと落とすことができました。ロイロノートで磨き残しを撮影し、後日養護教諭が一人一人個別指導をすることで、健康な歯を保ち、よく食べ、運動できる健康な体をつくるための指導を行っています。

(5) 教材・教具・資料の活用 (8) 家庭や地域との連携

自分手帳の活用 専門家派遣の活用



「専門家派遣事業の活用」や「ミニ健康指導」、「自分手帳の活用」等で食習慣・運動習慣・生活習慣を見直すきっかけとした。

夏季休業前に「専門家派遣事業」を活用し、食習慣・運動習慣について親子で学ぶ機会を作りました。また、定期健診や新体力テストの結果、食育で学んだことなどは、自分手帳に記入します。自分の成長等を知ること、主体的に健康づくりや体力づくりに励む児童の育成につながっています。家庭に持ち帰り、内容を確認いただくことで、児童の体力や健康課題について、学校と家庭が情報を共有し、よりよく育てていこうという意識を持つことができました。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

小泉っ子の一日がスタート。朝のマラソンで体が目覚めるとともに、生活のリズムも整います。

44名の子もたちは「どこまでもこえていけ！1人1人のナンバー1！！」のスローガンのもと、1年を通して「小泉五リンピック」に取り組んでいます。「目標」「努力」「友情」「協力」「体力」の5つは、これまでの自分を超えるための合い言葉であり、子どもたちの心のよりどころとなっています。少人数での学習、縦割り活動、異学年交流、全校生での運動等さまざまな学習活動の中で、子どもたちは目標を立て、自分と向き合い、体力や技の向上と健康な体作りに向け前向きに取り組んでいます。

「小泉五リンピック」を基盤として、子どもたちと全教職員が共通の思いをもち、家庭の支えを受けながら、体力向上に向けて取り組んでいます。



マスコットキャラクター
「いずみん」



令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
郡山市立片平小学校	中澤 修一	108	7	郡山市片平町字小林3-1

「チームかたひら」の 3つの「わ」と「W」

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

(1) 体育・保健体育授業の充実

憧れの選手から学ぶ特別授業



アスリート派遣事業を開催しました。元 J リーガーが来校し、6年生を対象に授業を行いました。前半はサッカー教室、後半は講話をしていただきました。プロサッカー選手としての経験に基づく話は、子ども達にとって興味深く、傾きながら聴いていました。翌日から、校庭でサッカーをする児童が増えました。

(1) 体育・保健体育授業の充実

専門家と考える健康教育



専門家派遣事業を活用し、健康教育を行いました。生活行動が主な要因となって起こる病気や、予防する方法を医師と管理栄養士の先生と一緒に考えました。「生活習慣病は大人だけではないから自分の生活を見直したい。」「勉強や運動の時間がうばわれるから、スマホやゲームの時間を減らしたい。」等、自分の生活を振り返っていました。

(2) 業間・放課後の活用

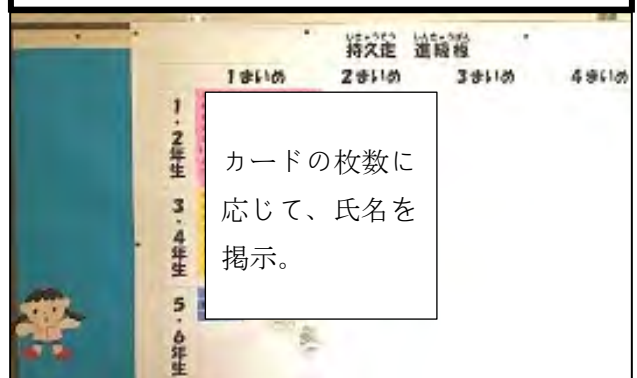
うねめタイム (異学年交流)



異学年交流の時間に、上学年が下学年に運動の楽しさを伝えています。運動が苦手な児童も楽しく参加できるように、上学年がアイデアを出し合って企画しています。交流が終わった後も休み時間になると、遊びの続きをしたい下学年が上学年を待ち伏せています。面倒見の良さは片平小の伝統の一つです。

(3) 体育的行事の工夫

「持久走」「なわとび」強化月間



『力いっぱいやりぬく子』を目指し、努力の積み重ねができるよう、持久走記録会やなわとび記録会の練習期間を長く設けて、持久力の向上に努めました。昨年から校庭校舎の外周を整地し、高学年はロングマラソンコースを走れるようにしました。今年は持久走の距離を延ばしたことで、それぞれに目標を決めて、挑む姿が見られました。

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

(4) 体育的環境づくりの工夫

長い昼休み



学区が広いこともあって、下校後や休日に集まって遊ぶことが難しい児童も少なくありません。スポーツや外遊びに不可欠な「時間」「空間」「仲間」を、長い自由な昼休みを設けて大事にしています。休み時間になると、一目散に校庭へ飛び出し、外遊びを楽しむ児童がたくさんいます。

(4) 体育的環境づくりの工夫

サラブレッドと徒競走



創立150周年記念関連事業の一つとして「馬は友だちサラブレッドと親しもう2024」の出前授業を開催し、馬のことを学び、馬とふれ合う時間を設けました。一番の盛り上がりは馬との徒競走。なかなかできない体験に「馬の追い上げがすごかった!」と、その迫力に興奮する感想が多く聞かれました。

(5) 教材・教具・資料の活用

(6) 新体力テストの活用

自分手帳の活用



体力テストや健康診断の結果を記入したり、家庭科や体育(保健)、朝食調べの教材として活用したりしています。自分で結果や成長を記入することで、健康への関心が高まっています。また、運動習慣や食習慣、生活習慣を振り返りながら累積学習している手帳が、健康な体や食の自己管理能力の育成につながるよう、中学校への確かな引継ぎも行い、連携を図っています。

(7) 家庭や地域との連携

小中交流の日・地域学校保健委員会 小中合同PTA球技大会



小中交流の日や地域学校保健委員会では、子ども園から中学校卒業まで、9年以上の成長を見る視点を持って開催しています。体づくり、健康づくり、生活習慣づくりについて活発な意見交換ができるように、ワールドカフェの形式で開いています。また、今年度も厚生委員会が中心となって、小中PTA球技大会を開催しました。大人が率先して、気持ちの良い汗を流しながら、スポーツを楽しんでいます。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

「チームかたひら」が大事にしている「3つのわ(和話輪)」。今年度はさらに「3つのW」を意識して取り組んでいます。子どもも教師も意見を出し合って企画、運営するチーム **work**。失敗を恐れず新しいことへチャレンジするフット **work**、関係機関や地域の方々から協力を仰ぐネット **work** で、体力向上を図っています。創立150周年を迎えた記念式典では、6年生が片平小の軌跡を発表する中で、昨年度「ふくしまっ子元気大賞」の受賞が歴史に加わったことを伝えました。体力向上の過程には、頑張り抜く大変さがありますが、成果を喜びとして感じ取ることができました。一緒に頑張る仲間や応援している人たちを大切に思いながら、力いっぱいやり抜くことができるようにこれからも取り組んでいきます。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
郡山市立喜久田小学校	千代田 幸子	243	13	郡山市喜久田町堀之内上馬面3

みんなで強たくたくましく ～健やかに育つ喜久田っ子を目指して～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【みんな大好き！ ダンス教室】



市の「地域学校協働活動推進事業」等を活用し全学年でダンス教室を実施している。その成果を10月の学習発表会等で発表している。

【全校で取り組む身体づくり】



「運動身体づくりプログラム」を体育の学習の時間にどの学年も取り入れ、体力・運動能力の向上に努めている。

【音楽にのって！ 全校マラソン】



涼しくなる10月～11月を中心に、業間の時間を利用し、流れる音楽にのって、全校生で校庭を走っている。

【自分手帳の活用】



4年生以上は「自分手帳」を学級活動や体育(保健)の時間に活用し、記録の蓄積を行っている。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、「全校を挙げての取り組み」を意識して行っている。「全校マラソン」「運動身体づくりプログラム」「ダンス教室」等、一丸となって取り組むことにより、学校全体が同じ方向、同じ目標を掲げていくことができる。今後も、本校の教育目標に掲げている「心も体も健康な子ども」の育成を目指し、継続した取り組みを進めていきたい。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
郡山市立御代田小学校	吉井 史之	79	6	郡山市田村町御代田字中林8

運動に親しみ、自ら体力向上に励む児童の育成

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

ブロック合同による体育授業の実施
～小規模校の強みを生かして～



ブロックごと2学年合同で体育授業を実施している。上の学年は手本になろうと努力し、下の学年は上の学年に追いつけ追い越せという気持ちが芽生える。小規模校の強みを生かし、体育への意欲を高めることができている。

異学年交流「みよた家族」を生かした外遊び
～ドッジボールで投力UP！～



本校では「みよた家族」と称する縦割り班組織による交流活動を通して、学年を超えた人間関係づくりを推進している。今年度も、自由遊びの中でドッジボールをして、異学年交流する児童が増えた。投力や敏捷性の向上が期待できる。

運動への意欲を高める体育館内掲示
～何事もチャレンジしてみよう！～



体育館には、持久走記録会・陸上・水泳の歴代記録、なわとび記録会の歴代記録、今年度の新体力テストのA判定児童を掲示している。その結果、歴代記録やA判定（体力証）への興味・関心を持ち、運動に励む児童が増えた。

体育委員会を中心に運動イベントを企画
～児童の自主的・自発的活動を生かして～



児童会体育委員会の発案で、誰もが気軽に運動に親しめるよう、ドッジボール大会や鬼ごっこ等のイベントを企画した。自由参加にもかかわらず、1～6年生まで多くの児童が参加し、異学年交流をしながら運動する機会を得ることができた。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

子どもたちが主体的に取り組み、運動への意欲を高められる環境づくりを日頃から心がけている。夏場はもちろん、寒い時期になっても、子どもたちが自主的に声をかけ合ってドッジボールやサッカー、バレーボールなどの球技を行ったり、遊具を使って楽しく運動したりする姿が見られることは、縦割り班活動を日常的に行っている本校ならではの微笑ましい光景である。上学年が下学年の子どもたちをうまくリードしながら、仲良く運動遊びができることも伝統として根付いている。今後も子どもたちがますます運動に親しみ、自ら体力の向上に励むことができるような取り組みを工夫していきたい。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
天栄村立牧本小学校	齋藤 真二	62	6	岩瀬郡天栄村大字牧之内字文舎35

行事のやり方の見直しで、先生も子どもも意欲アップ・体力アップ！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

自分を超えろ！持久走記録会



持久走記録会について、以前は「1000m走」など全員が一定の距離を走っていましたが、今は「5分間走」のように決められた時間にどのくらい走れるかという形式に変えました。体力に自信のある子も、そうでない子も、人との競争ではなく以前の自分の記録をこえようと、一生懸命に取り組みました。

行事に合わせて運動タイム



11月の持久走記録会に向けて8～10月はマラソントライム、2月のなわとび・長なわ記録会に向けて11～2月は、なわとび・長なわタイム(業間運動)を行っています。行事の時期に合わせて期間を限定して行うことで、意欲をもって取り組んでいます。マラソントライムは先生も一緒に走ってストレス解消！

量より質の陸上練習



10月の地区陸上大会に向けて全職員で行っていた陸上練習について、全体でのアップ、種目、リレー練習を行う時間などを見直したことで、先生方・子どもの負担が減りました。その分、質の向上を図り、今年度の陸上大会では男子リレーで2位に入賞するなど、子どもたちは大活躍！

みんなで高め合う長なわ

長なわの記録					
目標	1・2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
	120回	140回	160回	180回	200回
練習の記録	120回 125回 130回 135回 140回 145回 150回 155回 160回 165回 170回 175回 180回 185回 190回 195回 200回	140回 145回 150回 155回 160回 165回 170回 175回 180回 185回 190回 195回 200回 205回 210回 215回 220回 225回 230回 235回 240回 245回 250回 255回 260回 265回 270回 275回 280回 285回 290回 295回 300回	160回 165回 170回 175回 180回 185回 190回 195回 200回 205回 210回 215回 220回 225回 230回 235回 240回 245回 250回 255回 260回 265回 270回 275回 280回 285回 290回 295回 300回 305回 310回 315回 320回 325回 330回 335回 340回 345回 350回 355回 360回 365回 370回 375回 380回 385回 390回 395回 400回	180回 185回 190回 195回 200回 205回 210回 215回 220回 225回 230回 235回 240回 245回 250回 255回 260回 265回 270回 275回 280回 285回 290回 295回 300回 305回 310回 315回 320回 325回 330回 335回 340回 345回 350回 355回 360回 365回 370回 375回 380回 385回 390回 395回 400回 405回 410回 415回 420回 425回 430回 435回 440回 445回 450回 455回 460回 465回 470回 475回 480回 485回 490回 495回 500回	200回 205回 210回 215回 220回 225回 230回 235回 240回 245回 250回 255回 260回 265回 270回 275回 280回 285回 290回 295回 300回 305回 310回 315回 320回 325回 330回 335回 340回 345回 350回 355回 360回 365回 370回 375回 380回 385回 390回 395回 400回 405回 410回 415回 420回 425回 430回 435回 440回 445回 450回 455回 460回 465回 470回 475回 480回 485回 490回 495回 500回 505回 510回 515回 520回 525回 530回 535回 540回 545回 550回 555回 560回 565回 570回 575回 580回 585回 590回 595回 600回
記録結果	96回	170回	157回	240回	300回

以前は、なわとび記録会に合わせて2学年で行っていた長なわを、全校生での「長なわ記録会」に変えました。長なわ記録会に向けて、保健・運動委員会が作成した記録表に練習の結果を記録することで、他の学年や去年の自分たちと比較しながら、目標を持って練習に取り組んでいます。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

働き方改革に向け、「限られた時間の中で成果を出す」ことを考え、先生方の負担を軽減しながら子どもの体力を高めるにはどうすればよいかを軸に体育的行事の見直しを行っています。1学期に行った体力テストの結果も10月の職員会議の協議事項として挙げ、各学年の結果を踏まえて指導に生かせるようにしています。昨年度より数値が向上している学年が多く、体力向上が少しずつ図られています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
石川町立石川小学校	酒井 修三	461	22	石川郡石川町大字双里字川向2-1

元気いっぱい石川小！ 笑顔で体力向上石尊健児！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【朝マラソン・業間マラソン】 ～1年を通してのマラソン練習～



1年を通して校庭と町民グラウンドを開放し、持久力の向上に努め、健やかな身体づくりを目指しています。高学年の頑張る姿が、下の学年の良い影響を与え、切磋琢磨しながら走っています。

【昼休みの外遊び】 ～町グラウンドを開放～



各学年3学級のよさを生かし、各学年担任1名が児童の様子を見守ったり、一緒に遊んだりして楽しく運動しています。広いスペースで、ボール遊びや鬼ごっこなど、様々な遊びをすることができます。

【なわとび練習と記録会】 ～なわとびコンテストに向けて～



12月からは犬走りを開放して、なわとびの練習を行っています。なわとびカードを作成して意欲を高めるとともに、冬休みも活用することにより冬期間の体力向上を目指しています。

【養護教諭・主任栄養技師との連携】 ～生活習慣と食生活の改善～



「自分手帳」や「ほけんだより」の有効活用を図ることや、養護教諭・主任栄養技師の授業など、児童・保護者・学校が一体となって運動習慣や生活習慣の改善に取り組むことができるようにしています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

全校生で取り組む朝の1分間「のびのびタイム(立腰の時間)」で正しい姿勢を身につけるとともに、正しい姿勢の習慣化を図る取り組みをしています。また、健康で豊かなスポーツライフの基礎を培うことができるように、保護者に対して運動習慣への啓発を図っています。「朝食調べ」や主任栄養技師による食育指導を行うことで、正しい食習慣を身に付け、健やかな体を育むようにしています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
田村市立船引南小学校	鈴木 敏夫	113	9	田村市船引町堀越字丸森2

幼小中のつながり・地域のよさを活用したみなみっ子体力向上プラン

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

～体力向上を目指して！～ 業間マラソン！



4月から11月は業間にマラソンタイムに取り組んでいます。音楽に合わせて、5分間校庭を走ります。慣れてくると競うように走っています。

～本格的な大会形式～ 競技場での校内マラソン大会！



今年度から田村市陸上競技場を使ってマラソン大会を行いました。本格的な場で走ることの緊張感と気持ちよさを味わうことができました。

～中学校や地域と連携して～ 専門的指導！



より専門的な技能を身に付けるため、中学校体育教員による陸上指導や、地域の陸上経験者を外部コーチに招いての練習を行っています。

～食生活を見直して～ 栄養教諭による栄養指導！



体力向上には健康な体づくりが大切。ふくしまっ子栄養教室を活用して、全学年が食について学びました。朝食チェックを続け、食生活を振り返っています。

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

～幼稚園児と一緒に～
体育の交流授業！



併設する南幼稚園の園児と1年生が体育の交流授業を行いました。運動遊びや運動身体づくりプログラムに取り組み、楽しく運動できました。

～正しい動きを覚えて～
ラジオ体操コンテストに挑戦！



運動会ではラジオ体操に取り組んでいます。全校生で正しい動きを覚えるまで練習し、コンテストに応募。結果が楽しみです。

～運動したくなる環境づくり～
タータンを設置！



田村市陸上競技場から頂いたタータンシートを砂場の前に設置。幅跳びの練習の他、休み時間にはたくさんの子供たちが走っています。

～冬の体力づくり～
全校縄跳び！



12月からは毎日全校縄跳びに取り組めます。福島県ふくしまっ子縄跳びコンテストに向けて、どの学年も本気で取り組んでいます！

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、新体力テストの結果を基に、課題である持久力不足の改善を目指しています。一年を通して業間や昼休み等の体育館の開放や、マラソントイムの設置による運動機会の確保を中心に取り組んでいます。また、運動に興味を持てるような取り組みとして、水泳・マラソン・なわとび等の記録会の開催や、小中連携・外部コーチ等による、より専門的な指導・環境で行うようにしています。

持久力の改善が見られ、中には陸上の大会で全国大会に出場した子もいました。そして何より、運動好きで元気に体を動かす子どもたちがたくさんいるのがみなみっ子の自慢です。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
三春町立岩江小学校	阿部 弘行	278	14	田村郡三春町上舞木字大谷ツ24

いきいき わくわく えがおいっぱい 岩江っ子 元気プロジェクト!

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【毎日こつこつ・・・!】 朝トレ 体力アッププログラム



6年生は陸上競技大会に向けて朝の10分間、陸上トレーニングを行いました。日々の積み重ねが大きな力となり、大会では、自己ベストを更新した児童が多くいました。体育の授業の初めには、運動身体づくりプログラムに取り組み、体力向上に努めました。

【陸上界のスペシャリストと!】 下重先生による陸上指導



三春町では、教育委員会の下重庄三先生の陸上指導を受けることができます。体育科「陸上運動」の学習の時間に招聘し、陸上の基礎となる動きや各種目のコツを学びました。また、ロードレース記録会に向けて各学年でも上手に走る秘訣を教わりました。

【短い時間で体力アップ!】 業間マラソン・なわとび



業間の時間を活用して5分間走、なわとび練習を行っています。昨年度から「なわとびコンテスト」にも挑戦する岩江っ子。クラスで声をかけ合いながら 8 の字跳びに挑戦し、体力向上だけでなく、クラスの絆も深まるよう今年も取り組んでいます。

【楽しく健康づくり】 いきいきタイム



水曜日のいきいきタイムでは、ドッジボールや鬼ごっこ、風船バレーなど、学級で遊びを決めて過ごしています。また、年に3回縦割りいきいきタイムがあり、みんなが楽しく過ごせるように6年生が中心となって異学年交流活動をしています。

【食べることも元気の秘訣！】 食育



「ふくしまっ子栄養教室」を今年度も活用し、「おやつ」との関わりや栄養バランスについて学習するなど、食育活動を充実させています。また、三春病院と連携して、親子でバランスのとれた献立作りの学習を行いました。考案したレシピは三春病院と岩江小の給食にも出され、全校でおいしく食べました。

【目に見える形でも成長を】 自分手帳の日



毎月19日は自分手帳の日です。自分手帳に体力テストの結果を書き写したり、生活チェックシートを活用して普段食べている朝食を見直したりするなどして、自分を見つめ直す時間に使っています。体育的行事があるごとに自分の記録を書き込み、昨年までの体力と比較して、しっかりと成長していることを感じ取るなど目に見える形で記録を残しています。

【はばたけ岩江っ子！】 橋本勝也選手応援ボード



保健室前の掲示板と3・5年生スペースの掲示板には、パリパラリンピック車イスラグビー日本代表の橋本勝也選手の新聞記事やメッセージが掲示されています。橋本選手は、本校卒業生です。身近に世界の大舞台で活躍する先輩がいることは岩江っ子の誇りであり、子どもたちにも先輩のように頑張ってもらおうと考え、掲示しています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校の児童は、業間・昼休みになると児童の多くが外に出て元気に遊びます。サッカー、ドッジボール、おにごっこ、遊具遊びなど、冬でも汗をかくくらい元気に体を動かすところが岩江っ子の何よりの自慢です。さらに、今年度は三春町教育委員会の下重庄三先生から陸上についてご指導を受けたり、三春病院と一緒に健康献立作りに挑戦したりするなど町・県の事業や地域との連携でさまざまな方向から体力アップ・健康作りに取り組むことができました。これからも体育の楽しさ、運動することの素晴らしさに気付くことができるよう支援していきたいと思います。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
白河市立白河第四小学校	舟木 裕子	184	9	白河市久田野豆柄山3

白四小 チャレンジ体力向上プログラム！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

がんばるよ！チャレンジタイム
～シャトルラン・上体おこし・反復横跳び～



全校生でシャトルランや上体おこし、反復横跳びを行い体力向上に努めました。下級生と上級生がペアになり行いました。学校の至る所に握力計を置き、気軽に手に取るようにしています。

走る はしる！チャレンジタイム
～全校マラソン～



全校生で5分間のマラソンタイムに取り組んでいます。朝や休み時間に走る児童には、まめよん(白四小のキャラクター)のシールを配付し、意欲付けをおこないました。

脳と心と体に刺激を！
～コーディネーショントレーニング～



毎週火曜日の朝の時間に、全校で一斉にコーディネーショントレーニングを行い、神経と運動の発達にそって脳と心と体に刺激を与えています。

いつも仲良し！遊びで体力向上！
～縦割り班遊び～



6年生の班長が中心となり、身体を動かす遊びを考えています。体育館や外で元気いっぱい仲良く遊んでいます。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

今年度より、火曜日の朝の時間にコーディネーショントレーニング、水曜日の休み時間の合間にチャレンジタイムを日課表に位置づけた。チャレンジタイムでは、児童に様々な運動に親しんでもらえるように、体育委員会の児童が中心となり、マラソンやシャトルラン、反復横跳び、柔軟体操などを取り入れ行ってきた。また、縦割り班活動には身体を動かす遊びを取り入れてきた。掲示や環境にも工夫をこらし、全校生で体力向上を図ってきた。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
白河市立白河第五小学校	井上 久仁夫	186	9	白河市白坂陣場 317

点から線へ、線から面へ、そして体育する空間へ！！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【走って、走って、全校城崩しゲーム】
～運動会～



運動会の全校種目。全校生が勝利のためにとにかく走り続ける種目。運動会の種目でも、運動量はしっかり確保できる内容にした。

【目標をもって、あきらめずに】
～授業～



授業では、どの時間でもしっかり目標をもちそれぞれの運動の特性に合った力を身に付けることを意識して取り組んでいる。

【いつでも記録に挑戦！】
～年間～



体力テスト時の記録だけでなく、年間を通して記録にチャレンジできる。新記録を目指して取り組んでいる。記録を更新したら10傑入り。

【全校生で全力疾走 鬼ごっこ！】
～休み時間～



企画委員会の発案による全校生鬼ごっこを休み時間に実施。先生方も鬼になり、全力疾走。なわとび、一輪車など休み時間の運動も大切に。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

朝のマラソンに始まり、授業や休み時間に取り組む運動、体育的行事などすべての取り組みのねらいを明確にし、その時だけの運動にしないよう取り組むこと。また、しっかり運動量を確保するために工夫して展開することを大切にしている。さらには、いつでも記録に挑戦できたり、やりたい運動ができる場を整えたりするなど、児童が「自ら運動できる」、「自らやろうとする」環境を整えてきた。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
白河市立五箇小学校	鈴木 純子	50	7	白河市田島165-2

1年通して体力作り！！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

運動身体づくりプログラム



新体力テストの結果を踏まえ、児童の実態に合わせて運動身体づくりプログラムの内容を工夫して実施している。(令和6年度の結果を受け、プログラムに短距離走の要素を加えるとともに、投球動作の改善、握力の向上を図る内容を取り入れた。)

五箇っ子タイム



年度初めに、全校生に対してコーディネーショントレーニングについて説明し、月曜日と金曜日の清掃の後に全校で取り組んでいる。

朝マラソン・朝なわとび



毎朝、登校後に11月まではマラソンを、12月からはなわとびを行っている。それぞれカードを使用し、一人一人が目標をもって取り組んでいる。

チャレンジタイム (新体力テスト強化月間)



5月から6月にかけて、業間に縦割り班ごとに体力テストの種目にチャレンジしている。教師が指導するとともに、上級生が下級生にやり方やコツを教え、各種目に慣れるとともに、体力作りに励んでいる。

ランランタイム (マラソン強化月間)



10月は、朝マラソンに加え、業間や昼休みにもマラソンに取り組む期間とし、マラソン記録会に向けて自分で目標を決めて自主的に取り組んでいる。

ピョンピョンタイム (なわとび強化月間)



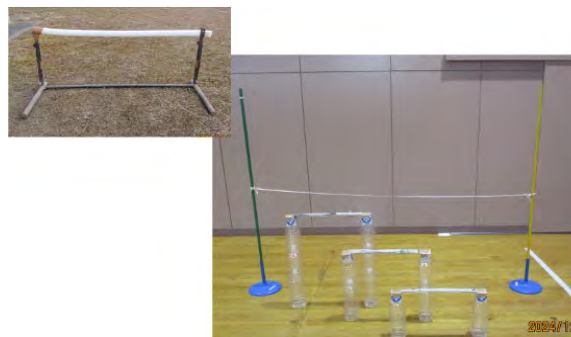
1月は、朝なわとびに加え、業間や昼休みにもなわとびに取り組む期間とし、2月のなわとび記録会に向けて、短なわや長なわに取り組んでいる。

白河フルマラソン ハーフマラソン



朝マラソン・ランランタイムへの意欲喚起のため、マラソンカード2枚終了で白河ハーフマラソン(30km)完走、3枚終了で白河マラソン(45km)完走として、メダルを授与した。

教材の工夫



- ・ソフトハードル・ゴム高跳び: 素材に水道の保温材やゴムを使うことで、怖がらずに楽しく取り組むことができる。
- ・ペットボトルハードル: 手軽にハードルや高跳びの練習、プレルボールのネット代わりに使うことができる。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

運動身体づくりプログラムやコーディネーショントレーニング、朝マラソン・朝なわとびなどに年間を通して取り組むことで体力の向上を図るとともに、体育的行事に向けてその活動に特化した活動を行うことで、体力向上とともに技能の習熟を図っている。

教材に柔らかな素材を使用することで恐怖心を軽減し、楽しく意欲的に取り組むことができるようにするとともに、身近な素材を活用し、数量を確保することで1人1人が活動できる時間や回数を確保し、体力の向上と技術の習熟に努めている。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
白河市立小野田小学校	関根 敦子	53	6	白河市東下野出島字髪内195

元気な小野田っ子!! ～心身ともにたくましい体づくり～



○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

金曜日の朝は体力づくり



金曜日の朝は全校一斉の体力づくりの時間と位置づけ、伝統的に継続して取り組んでいます。季節や天候に応じて、マラソン、コーディネーショントレーニング、運動身体づくりプログラム、短なわ・長なわ、よさこいを行っています。児童の体力の底上げにつながっています。

自分の目標に向かって



マラソカードに加え、今年度よりなわとびカードを新たに作成しました。昨年度「二重跳び」が1回しかできなかった児童が、「はやぶさ」「後ろ二重跳び」が跳べるようになったり、「二重跳び」1桁台だった児童がなんと100回跳べるようになったりするなど、まさに継続は力なり!!

教師が寄り添い常にサポートできる指導を目指して（体育科）



上位児・下位児が混在していて、やる気を最初から持っている児童もいれば、引き出さないといけない児童もいます。コツを教えサポートし、技の完成にこだわらず、技の中でできている部分を教え気付かせることで、スモールステップの小さな達成感～自信につながるよう指導しています。

アスリーチ（アスリート全国学校派遣プロジェクト）開催!



現役パラアスリート 日本記録保持者 池田樹生さんを迎え、講話・陸上教室を開催しました。児童は義足に興味津々! ご自身の経験をお話ししてくださった後、速く走るコツを教わりました。昨年度「ふくしまっ子元気大賞」を受賞し、縁あって本校でアスリーチ開催の運びとなりました。

Figure 1 shows a classroom setting. A teacher, a woman in a light-colored top and dark pants, is standing and pointing at a whiteboard. The whiteboard has Japanese text and a diagram. In the foreground, several students are seated at desks, looking towards the whiteboard. The classroom has large windows and a modern design.

メトロ・パルク・ロートラー

活動のアイデアを募集しています。募集されたアイデアは、活動の一環として採用させていただきます。

年齢	活動	時間	場所	備考
5歳	映画鑑賞	A ① ②	① ②	① ②
10歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
15歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
20歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
25歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
30歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
35歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
40歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
45歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
50歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
55歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
60歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
65歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
70歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
75歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
80歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
85歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
90歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
95歳	読書	A ① ②	① ②	① ②
100歳	読書	A ① ②	① ②	① ②

ブルーライト

38

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
西郷村立川谷小学校	早川 貢	26	3	西白河郡西郷村大字真船字蒲日向269

みんなで元気に！ 元気いっぱい川谷っ子の体力向上の取組み

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

みんなで取り組む！
【ランランタイム】



月・火・木の業間時は「ランランタイム」。春は運動会に向けてラジオ体操、夏と秋はマラソン大会に向け校庭を走り、冬は縄跳びをして体力向上を図っています。挨拶や体操は委員会の児童が行います。

みんなでがんばる！
【松の木マラソン】



大きな校庭に恵まれた川谷小。シンボルツリーだった松の木はもうありませんが、いつも川谷っ子を見守ってくれています。地域の方がマラソン指導に来てくださいます。自己ベストを更新できるように励んでいます。

みんなで目指す！
【体力テスト】



全学年で取り組む体力テストでは、5・6年生が大活躍！ソフトボール投げではお手本を見せ、上体起こしでは測定や補助をします。特に最後に行うシャトルランの応援にはみんな熱が入ります！

みんなが楽しい！
【なかよし班活動】



毎週水曜日は5・6年生が計画を立て「なかよし班活動」を行っています。各班の活動の時と、2班合同の時があります。全校鬼ごっこやドッジボールは1・2年生も楽しめるように優しさがあふれています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

川谷小学校は、児童数26名、今年度より完全複式学級となりました。児童たちは業間の「ランランタイム」になると自然と外に出て走り始めます。4月は校庭を1周するのがやっとだった1年生も12月には時間内に目標の3周を走ることができるようになりました。

体力テストや仲よし班活動では、5・6年生がよいお手本となっており、素敵なリーダーとして川谷小学校を引っ張ってくれています。少人数のため、学年関係なく仲が良く、「みんな」でいろいろな活動に取り組みながら、楽しく体力向上を図っています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
矢吹町立善郷小学校	原田 知幸	420	17	西白河郡矢吹町小松384-2

出来ることからみんなで取り組もう！～善郷っ子パワーアップ計画～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

朝や掃除時間の活動！頭と体を鍛える！

コーディネーショントレーニング・握力グーパー



朝の時間にはコーディネーショントレーニング・20秒グーパーを取り入れ、体力テストでの課題改善を図っています。また、掃除の時間には机を持ち上げて運ぶなど、日常生活の中で筋力を高める活動を取り入れています。

1年生から身につけよう！

～運動に必要な感覚づくり・運動身体づくりプログラム～



様々な運動を行う中で、動きの基礎となる感覚づくりを低学年のうちから身につける指導を行っています。跳び箱遊びの授業に合わせて、逆立ちや肋木吊り下がりを行い、逆さ感覚や腕支持感覚を身につけています。また、運動身体づくりプログラムでは、体力テストの結果から瞬発力や投力を高める運動を必ず実施しています。

全校児童でチャレンジ！
マラソントime、短縄・長縄タイム！



年間を通して業間や善郷タイムに、全校児童が外に出て活動を行っています。他の人の動きを見て学び、自身の動きに取り入れている児童も多いです。

健康な体をつくろう！
栄養教諭・養護教諭による食育保健指導



食育や保健指導は家庭と連携を図り、栄養教諭と養護教諭を中心に健康な体づくりの指導を行っています。また、自分手帳を活用して自身の食生活の見直し、健康についての正しい知識を身につけています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、学級数17、児童数420名と地域では大規模校です。その特徴を生かし、全校児童が集まり、一緒に運動することで個々の運動能力の伸長を図ることができるよさがあります。また、通年で陸上部が活動しており、放課後の練習も総勢70名ほどで練習し、数多くの大会で入賞を果たしています。運動好きな児童が多いため、授業内でも体育が好きになるような授業実践を続けていきたいと思っています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
泉崎村立泉崎第一小学校	吉田 衛	186	12	西白河郡泉崎村大字泉崎字高屋原71

ワクワクチャレンジいずみっ子（3）

～楽しみながら体力向上！元気アッププロジェクト～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

パワーアップタイム！



毎週月曜日と金曜日の清掃が終わった後、筋力アップ、柔軟性アップにつながる運動を行います。全校生が楽しみながら体を動かし、高学年の様子を見ながら下級生も頑張っています。

校内マラソン記録会



本校のマラソン記録会は、ふくしま駅伝泉崎村チームのメンバーの方に伴走をお願いして、記録の向上を目指しています。今年は、6名が新記録を達成することができました。

良い歯の教室



歯科衛生士の方に来校いただき「よい歯の教室」を全クラス実施。各学年に合わせた授業内容と、正しい歯磨きの仕方を行いました。6年間の「よい歯の教室」を毎年実施することで、持続的な歯科指導を行っています。

肥満指導



肥満傾向児に保護者の協力のもと、参加希望を取り「崎っ子教室」の参加を勧めています。月に1回の身体測定と保健指導、保護者面談を実施し、保健指導では適量の食事やよく噛んで食べること、運動など学校と家庭の両方で心がけられるよう指導しています。家庭と連絡ノートを用いて共有を行っています。

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

走れ！ ～朝のマラソン・チャレンジタイム～



毎朝登校後は、準備ができた児童から元気よく校庭に出て走っています。また、毎週火曜日と木曜日の業間休みの時間は、「チャレンジタイム」として、全校生が校庭を3周走ります。3周走り終えた児童から休み時間に入ります。校庭を走った周回数はマラソンカードに記録し、100周走り切るとに給食の時間に表彰しています。1カ月に100周走る児童もあり、全校生の手本となっています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

子どもたちは毎日、運動を楽しみながら活動に取り組んでいます。体力の維持向上と健康課題(肥満・口腔異常)の改善を目指して、毎週火曜日と木曜日の業間休みに、通年で「チャレンジタイム」を設定し、カードを活用しながらマラソンやなわとびに全校生が取り組んでいます。また、体育委員会が主体となり、学級対抗の「リレー大会」や「ドッジボール大会」などを企画し、楽しみながら体を動かす機会を設定するなど、体育科の授業以外の運動時間を確保して、運動の習慣化を図っています。さらに、年2回行う歯科検診や、歯科衛生士による「歯の教室」を通して、家庭と連携しながら自分の体や健康への意識を高めています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
泉崎村立泉崎第二小学校	笹山 美紀子	136	8	西白河郡泉崎村大字北平山字新田東山48-2

挑戦！やればできる！！ みんなでチャレンジ二小っ子

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

日々挑戦！

～時期に合わせた業間運動～



年間を4つのサイクルに分けて、ラジオ体操、新体力テストに向けた運動、マラソン、短なわとびや長なわとび、雨天時の体幹トレーニングを実施しています。

やればできる！！

～校内記録を意識した新体力テスト～



新体力テストや校内水泳記録会などの校内記録を掲示しています。それらの記録を更新しようと取り組み、今年も新記録が生まれました。

限界突破！

～地域と連携した校内マラソン記録会～



校庭と公道をコースに、保護者やボランティアの方々が見守る中、記録会を行いました。地域の駅伝チームの選手も一緒に走ることで新記録が生まれました。

All for one, one for all.

～コンテストと絡めた校内長なわ大会～



福島県教育委員会主催の「なわとびコンテスト」に全校生で参加しています。また、個人の持久跳びや選択種目にもチャレンジしています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では、「やればできる」を合言葉に体力向上に挑戦しています。そして、二小っ子は、新体力テストで33.8%の児童がA評価、26.5%の児童がB評価になることができました。この結果は、業間運動で50m走やソフトボール投げ、立ち幅跳びを実施し、朝のマラソンやなわとびを年間を通して行ってきた成果だと思えます。また、校内研修では、新体力テストに向けて効果的な運動身体づくりプログラムの取り組みせ方や、体育的行事の目標のもとせ方など、全教職員の共通理解のもとに取り組みました。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
鮫川村立鮫川小学校	吉田 智	103	8	東白川郡鮫川村大字赤坂中野字道少田 86

「ぐんぐんタイム」で元気な子どもに！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【ぐんぐんタイム（マラソン）】



毎週火・木曜日の業間は、「ぐんぐんタイム」です。天候や校庭の状態がよいときには、全校生校庭へ出て5分間、自分のペースに合わせて走ります。5分間で汗が噴き出るほど走っています。

【ぐんぐんタイム（ダンス）】



「ぐんぐんタイム」で天候や校庭の状態が悪いときは、教室でダンスに挑戦しています。テンポの良い曲で息が切れるくらい動きます。教室で動画を見ながら、クラスみんなで楽しく取り組んでいます。

【長なわとび】



県教委主催の「みんなで跳ぼう！なわとびコンテスト」に参加するために各学年練習に取り組んでいます。それぞれクラスの人数は少ないですが、他校の児童の記録と競い合いながら、技能や体力を高めています。

【ハッピースポーツデー（体育）】



さめがわスポーツクラブの方が各学年の体育の時間に指導して下さいます。学年により、「おに遊び」や「体づくり運動」、「表現運動」等、領域や内容が異なりますが、専門的な指導を受けて楽しく体を動かしています。

【ハッピースポーツデー（陸上）】



4,5,6年生の希望者22名(4,5,6年生の約4割)が毎週火・木曜日に特設陸上部で活動しています。9月にはさめがわスポーツクラブの方から専門的な指導を受け、それぞれ目標に向かって意欲的に練習を重ねています。

【自由遊び】



火・木曜日は、長い昼休み(全校生)やバスの待ち時間(1,2,3年生のみ)に、それぞれ自由に楽しく遊びます。おに遊びや鉄棒遊び、一輪車、ドッジボール等の様々な遊びを通して自然に体力を高めることができます。

○ 体力向上に向けた『 学校自慢 』

- さめがわスポーツクラブと連携してより専門的な指導の下、体育の授業や特設陸上の練習を行っています。
- 自由遊びは、学年の垣根を越えて楽しく行っています。校長先生はじめ、先生方や支援員さんが参加することもあります。
- 昨年度の県教育委員会主催の「みんなで跳ぼう！ なわとびコンテスト」の長なわとび部門において、1年生(現2年生)が9人以下の部で2位、2年生(現3年生)が3位になりました。今年も入賞目指して各学年練習を始めました

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
会津若松市立城北小学校	平塚 学	402	17	会津若松市城北町2-1

目指せ！城北ベースパワーアップ大作戦

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【持久力を高める朝マラソン】



児童は登校後、校庭を自分のペースで走ります。マラソンカードに走った回数を記録します。

【運動身体づくりプログラム】



体育で毎時間取り組んでいます。短時間で息の弾むペースで行えるよう指導しています。

【児童会委員会企画の運動強化週間】



朝活動の時間に運動委員会と保健委員会が連携して運動や健康に関するイベントを行います。

【力を高める部活動】



4年生以上の希望者が総合運動部に加入し、陸上と水泳に分かれて練習に取り組みます。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では、コロナ禍で運動から遠ざかった児童に運動の楽しさを味わわせることができるよう、実践を行っています。朝マラソンでは、記録カードの活用によって、児童が進んで校庭に出て走る様子が見られました。また、運動委員会と保健委員会が連携して運動強化週間に取り組みました。児童自身が活動内容を考え、参加を呼びかけ主体的に運動に親しむことができました。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
喜多方市立松山小学校	穴澤 正志	139	8	喜多方市松山町村松字大坪 1943-1

けんこうで明るく、やる気じゅうぶん、きまりを守る われら、松山っ子！！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

朝の全校マラソン・なわとびタイム 【毎日体力アップ！】



晴天時には、朝の全校マラソンタイムを実施しており、音楽が流れている約5分間は立ち止まらないようペース配分に気をつけながら走っている。また、雨天時には縄跳びタイムを実施し、毎日運動ができるようにしている。カードを活用することで、自分の目標に向け意欲的に運動する姿が多く見られた。

独自の運動身体づくりプログラム 【全身を動かして主運動につなげよう！】



体育科の授業では毎時、運動身体づくりプログラムを取り入れている。学習内容に応じて主運動に繋がる動きを取り入れ、運動身体づくりプログラムがマンネリ化しないよう、クラスの実態に合わせて工夫して児童の体力・意欲向上を図っている。太鼓のリズムを変えたり、ゲーム性をもたせたりすることで、児童一人一人が楽しみながら、身体を動かすことができています。

自分手帳の活用 【過去の自分とにらめっこ】



11月のマラソン記録会の記録証を自分手帳のファイルに入れることや身長や体重などの自分の成長を自分手帳に記録することを通して、子供たちが過去の自分の数値を知り、そこから個に見合った目標や課題を設定することができた。

地域と一体となる校内マラソン大会 【みんなで盛り上げて、最後まで走り切れ！】



地域の方々や保護者の方々の声援を受けながら、最後まで練習の成果を出し切り、ゴールまで走り抜くことができた。低学年1km、中学年2km、高学年3km という長距離に伝統的に挑んでいる。たくさんの保護者の方々に交通誘導をして頂くことで安全に実施することができた。他学年の児童を応援する姿もあり、一人一人が達成感を味わえる大会となった。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は校庭にある大きなけやきの木がシンボルとなっている。本校では、本タイトルにもあるように「け…健康で明るい、や…やる気じゅうぶん、き…きまりを守る」の『け・や・き』を教育目標とし、一人一人が元気に活動することができた。また、きまり(ルール)を守る子供が多くいることで、これまで大きなけやが事故無く健康な体を育むことができた。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
喜多方市立豊川小学校	杉原 智	95	7	喜多方市豊川町一井八百苅 688

「めざせ！ 元気な豊かっ子」

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【全校生朝のマラソン】 全校生で5分間走チャレンジ



朝8時に全校生が校庭に出て、学年ごとに指定されたスタートラインに整列し5分間のマラソンに取り組んだ。走る時間を設定したことで、走る目標ができ効果的であった。

【めざせ7秒走】 7秒で〇〇mを駆け抜けろ！



校庭に30m から40m まで1m 間隔でラインを引いて、学年ごとに目標の距離を設定し、7秒内で〇〇m を駆け抜ける取り組みをした結果、短距離走の記録向上に繋がった。

【マッスルランキング】 めざせ！マッスルキング！



昨年度と今年度のスポーツテストの各種目上位の結果を、マッスルランキングとして体育館入り口に掲示した。記録を更新しようとするなど児童の意欲向上につながった。

【なわとびチャレンジ】 めざせ！なわとび名人！



学校独自の進級カードを作成し、子供たちが自分で、どの種目に取り組むか選択できるようにしている。また、自分の上達度が自覚でき、進んで練習に取り組むことにつながっている。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

子供たちが進んで運動に親しもうとすることができるように場の設定や、掲示物・カード等を有効に活用することで、子供たちが楽しく運動に取り組む姿が多く見ることができている。その成果の一端としては、2時間目の休みや昼休み等校庭に出て学年枠を超えて全校生(教職員も一緒に)で外遊びをして体を動かしている。朝のマラソンについても、全校生と全教員で楽しく取り組むことができた。全校生が体を動かすことを楽しみとして活動できている「豊かっ子」であることが自慢である。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
北塩原村立さくら小学校	富田 貴俊	54	7	耶麻郡北塩原村大字北山字北畑 4275

さくらから笑顔と元気を届けよう！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【中学校保健体育科教諭との連携】 ～ハードル走・走り幅跳び～



それぞれの種目の特性に応じた様々な手立てや模範実技などにより、運動の楽しさを感じたり、記録の向上に意欲的に取り組んだりすることができました。

【新体力テストの結果を受けて】 ～投力を遊びながら身につける場の設定～



新体力テストの結果、低学年でボール投げの伸びが良くなかったため、遊びながら投力をつける場を設定しました。

【運動の日常化】 ～朝のマラソンやなわとび～



年間を通して、毎朝校庭を走ったり、なわとびを行ったりして体力の向上に取り組んでいます。

【幼・小連携】 ～マラソン記録会～



マラソン記録会では、幼稚園児も一緒に参加しています。異学年はもちろん、異校種の子も達からの声援も励みになっています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

幼・小・中が近くに位置し、情報交換など交流の機会を計画的に設けています。今年度も昨年度に続き、高学年の運動技能の向上を図るため、中学校の保健体育科の教諭による専門的な指導を取り入れた授業を行いました。運動の特性に焦点を当てた指導により、記録の向上にもつながりました。また、地域と一体となり、幼・小・中が連携し様々な行事で交流するなど、みんながなかよしな地域です。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
三島町立三島小学校	長澤 敏行	42	4	大沼郡三島町大字宮下字建堀 1846

自分を知り 自分を伸ばす 三島つ子 ～なりたい自分を目指して～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

朝の運動で主体性を育てる

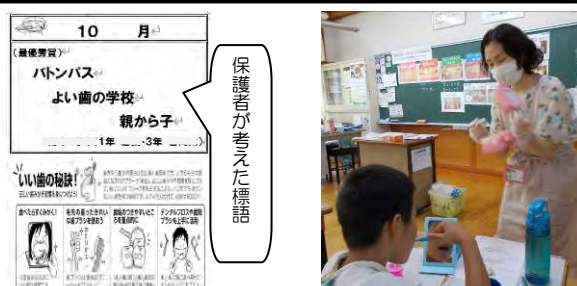
～代表委員会による運動メニューの工夫を通して～



今年度は、代表委員会が様々な運動メニューを考えて朝の運動に取り組んでいます。全校生が一緒に楽しめるルールを工夫し、縦割りの班でなわ跳び、登り棒、タイヤ跳びなどに取り組んでいます。また、自分で目標を決めて、鉄棒やダッシュ、「なわとびコンテスト」などにも取り組んでいます。

保護者と連携して歯と口の健康をつくる

～歯の標語づくりや歯科指導を通して～



歯の衛生週間には、児童と保護者から歯に関する標語を募集します。PTAと学校による選考を通してよい標語には賞を贈り、「よい歯の標語カレンダー」に掲載します。標語カレンダーは、全家庭への配付と各学級での掲示によって周知され、歯と口の健康づくりにつながります。

子どもが自ら関わりたくなる教育環境をつくる

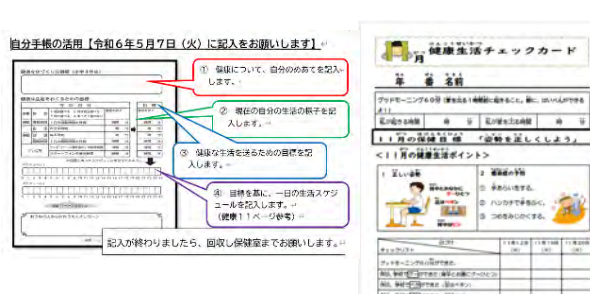
～体験型の掲示を通して～



保健室前には、月の保健目標に合わせて、健康への興味・関心、健康行動の喚起を促す掲示物を貼ります。体験型の掲示を取り入れることで、児童は健康についての情報に自ら関わっていきます。さらに、保健給食委員会では、月の保健目標について、全校生に向けたデジタル紙芝居を発表します。月の保健目標についての理解が一層深まります。

健康マネジメント力を高める

～自分手帳の活用と保健指導を通して～



4年生以上は、自分手帳を用いて自分の生活リズムや食生活について見直す活動を行っています。（1～3年生は、全校生で取り組んでいる「健康生活チェックカード」を使用）結果に課題があった児童については、養護教諭が個別指導を行います。また、自分手帳の年間活用計画を作成し、体力テストの結果や体育的行事の記録を記入させ、目標設定や振り返りの際に活用できるようにしています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では、体力向上と心と体の健康のつながりを重視し、心身ともに健康な児童の育成を目指した教育活動を行っています。体育的行事や体育科の授業の際には、自分で目標を決めて一生懸命練習に励み、活動後には振り返りを行って自分の成長を確認します。食生活やメディアとの関わり方などの生活習慣についても、自分で目標を決めてPDCA サイクルで取り組みます。なりたい自分を目指して、元気がんばる三島っ子が自慢です。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
相馬市立山上小学校	渡邊 圭司	24	4	相馬市山上字柳下32-2

自分！学校！地域！みんなでぐんぐん山上チャレンジ!!

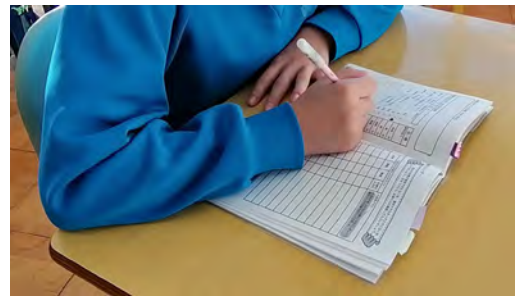
○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

日本一周を目指して！ 「業間マラソン」



業間にマラソントimeを設け、運動の習慣化や体力の維持・向上を目指しています。一周1マスで20マス進むと次の県に進む日本一周カードで、自分の頑張りを確かめながら意欲的に取り組み、マラソン記録会では成果を確認しています。

自己を振り返り、改善しよう！ 「自分手帳の活用」



自分手帳を用いて、自分の生活リズムや健康について見直す活動を定期的に行っています。1～3年生も自分手帳のコピーを使用し、自己の健康を改善しようと全校で取り組んでいます。

学び、育て、食べて元気に！ 「食育：相馬土垂」



4年目を迎えた、相馬唯一の伝統野菜「相馬土垂」の栽培。総合的な学習の時間に学び、育てました。また、自分で育てた土垂を芋煮にして食べたり、地域へのPR活動を行ったりと、食を通して様々な学びにつながっています。

みんなで楽しく健康に！ 「親子レクリエーション」



保護者と教員や児童が、みんなで一緒に交流することを目的として、芋煮会の後にドッジボール大会を開きました。普段はなかなか見ることのできない、お父さんやお母さんの全力の姿に、子どもたちもいつも以上に全力で活動していました。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、小規模校であることを生かし、学年の枠を越え、全校児童で活動することを意識しています。そのため、自然と互いにより刺激を受け、切磋琢磨し合う姿が見られます。

また、親子芋煮会や親子レクリエーション、相馬土垂の栽培やそのPR活動など、保護者や地域と連携した行事も多く、親子で健康や運動について考える機会をもつことができます。学校が子ども達だけでなく、地域の方々の元気の源にもなれるよう取り組んでいます。

今後も、小規模校のよさを生かし、学校や地域全体で健康や体力の向上を図っていきたいと考えています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
相馬市立八幡小学校	山田 徹	100	8	相馬市坪田字清水前 9-3

みんなでチャレンジ 全力チャレンジ！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

大谷グローブ効果で野球ブーム



6年生から野球ブームが始まり、1年生もボールとバットを片手に、我先に校庭に飛び出していく児童が増えました。「6年生ってすごいな。」

運動身体づくりプログラム



体育の授業では、各学年「運動身体づくりプログラム」を取り入れています。今日は、「かえるの足うち」に重点を置いて取り組みました。

場を工夫した体育の授業



1・2年生の合同体育の授業風景です。ミニハードルを使って様々な場を作り、全力で走ったり、跳んだりするを楽しみました。

八幡っ子マラソン週間



パワーアップタイム(業間)の中での練習風景です。「本番まであと少し、がんばろう！」気持ちもラストスパート！

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

- ・ 「みんなでチャレンジ 全力チャレンジ！」のもと、体力向上に向けて、学校の仲間と共に協力し、楽しみながら取り組むところ。
- ・ 主体性を重んじた「全校外遊び(業間)」を通し、体力向上に向けて毎日取り組むところ。
- ・ 「全校外遊び」や「サーキット活動」を取り入れたことで、体力の向上に繋げることができた。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
相馬市立中村第一小学校	横山 修	342	16	相馬市中村字大手先 1

自己を見つめ、自分の「いいね」を見つけよう!!

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

スポーツフェスティバル



今年度は、各ブロック毎の種目に加え、親子種目として、低学年で「大玉転がし」、中学年で「玉入れ」、高学年で「ジャンケン競技」を行った。児童と保護者が協力しながら競技に取り組むことができた。

体育科授業における ICT 機器の活用



小型ハードル走やマット運動など、様々な領域において、タブレットの「ReplayCam」などのアプリを活用し、自分の動きを確認したり、友達のよい動きや考えたことを共有したりしている。

中村一小 ランニングチャレンジ大会



1・2年生は2分間、3・4年生は3分間、5・6年生は5分間で何 m 走れるのかを競う。今年度は、本番だけではなく、練習時の結果も記録賞に載せることで、自己の記録の伸びを実感しやすかった。

自分を振り返り、改善! ～自分手帳の活用～



自分手帳を用いて、自己の朝食を見直し、食生活の改善を図ったり、スポーツテストの結果を記入し、振り返りや目標設定を行ったりした。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、『育てよう じぶんの「いいね」みんなの「いいね」』という重点目標の下、体力向上に向けて取り組んでいる。体育科の学習では、運動身体づくりプログラムの自校化による運動量の確保や、ICT 機器を活用し、自己の課題解決へ向けた対話的な学習にも力を入れている。また、体育行事や自分手帳の活用などを通して、自己の目標へ向けて取り組んでいく「自己マネジメント力」の育成を目指している。児童一人一人が自分と向き合い、さらに自分の力を伸ばしていけるよう今後も継続して指導していきたい。


令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
相馬市立中村第二小学校	織田島 賢嗣	374	17	相馬市尾浜字細田1

やってみよう 自分から 続けよう 最後まで

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

水難事故防止対策
「着衣水泳」
～あわてずに、浮いて、待つ～




水難事故防止策として、川や池等で溺れた際に、パニックにならずに落ち着いて行動するために、「着衣水泳」を実施しました。
衣服を身に付けたままでの浮遊や泳ぎ方を体験することができました。

総合的な基礎体力向上に向けて
「全校なわとび」
～みんなでジャンプ！～




総合的な基礎体力向上に向けて、毎月1回、業間の時間に「全校なわとび」を実施しています。本校の課題である持久力・柔軟性・敏捷性の向上もねらいとしています。児童は、運動の習慣化と健康の保持増進、肥満対策、やる気の促進、体を動かすことの楽しさを意識して取り組んでいます。

朝食の大切さを見直す
「朝食を見直そう週間運動」
～掲示物等による啓発～



年2回実施している「朝食を見直そう週間運動」に併せて、掲示物や給食委員会の放送によって、朝食の大切さの啓発を行いました。一週間の朝食調べは、下学年は先生の聞き取りで、上学年はタブレットを活用して行いました。児童は改めて朝食のはたらきを学ぶことができました。

肥満に関する個別指導
「すこやか教室」
～体重の変化をチェック～



肥満傾向児童の希望者を対象に、毎週金曜日の放課後に「すこやか教室」として、養護教諭と栄養教諭が体重測定を実施しています。結果を児童とともに推移グラフに表したり、肥満防止の運動を指導したりして、児童の自己管理能力を高めながら、児童一人一人の健康改善に取り組んでいます。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

体育の授業では、年間を通して運動身体づくりプログラムに全学年毎時間取り組み、本校の課題である【持久力・柔軟性・敏捷性】を高める運動を、全校あげて継続して実施しています。

また、健康づくりとして月1回の「食育の日」を設定し、4年生以上は自分手帳で食生活を振り返ります。併せて、年1回の担任と栄養教諭による食に関する授業を実施しています。栄養バランスのよい食事を考え、自己の体調の変化や健康状態を把握しながら学校生活を送れるようにしています。

このように、児童一人一人が自己の体力・運動能力、健康管理の向上をめざしています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
相馬市立磯部小学校	吉田 広	14	3	相馬市磯部字上ノ台467-2

すき間時間を活用し、課題の体力向上を図ろう！！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【日常的な体づくり～健康運動タイム～】



業間休みや昼休みを活用し、「ストラックアウトコンテスト」や「シャトルラン大会」、「腰振りダンス大会」と銘打って、遊びを通して体を動かすことの楽しさを感じた。

【走る距離は子どもが選択】



目標をもってマラソンに取り組めるよう、走る距離を自己選択させた。そのことで主体的に練習に取り組む姿が見られ、本番では完走や自己記録更新が多かった。

【記録の累積とふり返し】



健康運動タイムや体育的行事での取組の記録を累積し、振り返りを定期的に行ったことで、モチベーションが持続された。

【ふくしまっ子栄養教室～自分手帳の活用～】



栄養教諭と連携し、「ふくしまっ子栄養教室」を全学年で実施した。その後、自分手帳を活用し、食生活や生活習慣を振り返らせ、保護者とも共有した。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

○すき間時間を活用した取組を行ったところ、昨年度の全国体力・運動能力調査で課題となっていた「持久力」と「投力」の数値が全学年で向上した。3学期は、もう一つの課題となっている「柔軟性」の向上を図るため、なわとびとダンスによる表現運動に重点をおく。そのために「県のなわとびコンテスト」に参加することと市の「学びサポート事業」を活用したダンスの講習を受講する。

○「持久走」の集大成として、古磯部海岸防波堤にて「磯部シーサイドマラソン」を実施した。児童は、練習の成果を発揮し、自己記録を更新したり、歩くことなく完走したりするなど令和6年度の本校の重点目標である「あと一歩だけ前に進もう」を意識して全力で取り組んだ。

○栄養教諭と連携し、「ふくしまっ子栄養教室」を実施した。また、「自分手帳」を活用し、食事や生活習慣について振り返らせたことで、自己の健康について考えるきっかけとなった。また、保護者とも内容を共有したことで、食育標語や朝食調べなど親子で取り組む意欲が高まった。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
南相馬市立原町第一小学校	鈴木 和一郎	328	16	南相馬市原町区東町2丁目66

できる いいね やってみよう！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

自分の目標にチャレンジ！ 体育的行事



体育的行事では、運動会やマラソン記録会を行いました。本番に臨むまでの過程を重視するために、一人一人目標を設定し、達成できるよう練習に励むことができました。また、できたことが自信になり、「やってみよう」と次の活動に挑戦しようとする意欲を高めることができました。

オリジナリティあふれる 運動身体づくりプログラム



体育科の授業では、必ず、運動身体づくりプログラムを実施しています。運動の特性に応じた動きを身に付け、体力向上につなげることができました。また、各学年ごとに、工夫し、基本のプログラムにオリジナルメニューを加えることで、児童が意欲的に活動することができました。

力を合わせて記録に挑戦！ なわとびコンテスト



なわとびコンテスト(長なわとびの部)では、新記録を目指して、体育科の時間や業間休みに取り組むことができました。失敗してしまった友達に「大丈夫」「次、頑張ろう」という励ましの言葉も聞かれ、友達との絆を深める良い機会にもなりました。

たくましい元気なけやきっ子を 目指す特設陸上部



陸上部独自の運動身体づくりプログラムをくり返し行うことで、陸上運動の能力や基礎的な体力を高めています。また、大会へ参加する児童も多く、他校の児童と競い合うことで、練習にも気持ちが入り、記録向上に向けて頑張ることができました。

体の中から元気に！ 栄養教諭による食育指導



児童の健やかな成長を育むため、全クラスで食に関する指導を行っています。指導後は、自分で決めたことにチャレンジをして、保護者からのコメントをもらい、家庭との連携を図った、継続した食育を目指しています。

成長を実感する 自分手帳の活用



体力テストの結果や健康診断の記録など、各学級で、定期的に記入しています。自分手帳に記入することで、今までの自分の記録と比べることができ、達成感や喜びを感じたり、目標を設定するときの参考にしたりしています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

原町第一小学校では、教育目標である「けやきのように、たくましい原一小の子ども」を目指して、運動に励んでいます。そのため、重点目標を「できる いいね やってみよう！」とし、教育活動全体を通して、児童が自信を持って、次のステップへ「やってみよう！」と挑戦できるように、指導しています。教師からの声かけだけでなく、最近は、児童の発言の中から「できる」「いいね」「やってみよう」のような前向きな発言があり、児童同士の関わりからも自信が付いている様子が見られます。その結果、体育的行事や部活動では、「やってみよう」の精神でどんどん挑戦し、挑戦したことが自信となり、次の挑戦へのサイクルができています。お互いのよさを認め合い、苦手なところを励まし合いながら運動能力や体力向上に取り組んでいます。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
南相馬市立原町第二小学校	横山 雄彦	198	11	南相馬市原町区橋本町一丁目101

目標に向かってチャレンジ！ひばりっ子健康マスター！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【外に行けないときには…
みんなでダンス！】



雨が降って外遊びに行けない…そんなときには、体育委員会が呼びかけ、多目的室でダンスを行います。流行りの曲に合わせてみんなノリノリです。他学年と交流できるのも良いところです。

【目標に向かって走れ！
業間マラソン】



マラソン大会1ヶ月前から、毎週火・木曜日の業間にマラソン練習を行います。走った周数だけ色を塗るマラソンカードをモチベーションにみんな自分のペースでがんばっています。

【目指せ！完全クリア！
チャレンジバッジ】



7・11・2月の外遊び強化週間、マラソン大会、なわとび大会で、意欲的に取り組めたり、目標達成できたりした人に、ロイロノートでデジタルバッジを配付します。みんな完全クリアを目指して励んでいます

【調理師さんイチ押し！
今日のおすすめ食材！】



地元や旬のものを中心に、給食で使われている食材を紹介しています。それを見た給食当番が学級に広め、食材についての知識が学校中に広がっています！調理師さんたちが心を込めて作っていることが子どもたちにも届いています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

わたしたちの学校では、「外で遊ぶ習慣を身につけること」「目標に向かって努力すること」の二つに重点を置いて、年間の活動を考えています。特に、今年度から取り組んでいるチャレンジバッジは、外遊びに行く動機づけになったり、目標に向けてがんばるという意欲づけになったりしています。低学年から高学年まで、みんなが体力向上のために進んで努力できるのがわたしたちの学校の自慢です。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
南相馬市立鹿島小学校	高野 伸一郎	352	18	南相馬市鹿島区鹿島字広町 13

体力・運動能力の向上をねらった授業や教育課程の工夫

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【全校生による業間マラソン】



11月のマラソン大会に向けて、全校児童で業間マラソンを行い、体力の向上をねらった。マラソンカードの活用により、自己の成長や到達度を把握できるように工夫している。

【体育的行事の大幅な見直し】



春実施だった運動会を秋実施に移行し、年度始めの体育科授業の充実と、全校種目を多く取り入れた運動会を通して、児童の体力向上を図ってきた。写真は全校「よっちょれソーラン」の様子。

【体育科専科の活用と体力テストの結果の向上】



体育科専科による、専門性を活かした体育科授業の実施により、質と量をかね備えた授業の展開が可能となった。それとともなって、体力テストの結果が大きく向上した。

【運動身体づくりプログラム完全実施】



体育科授業では、単元の動きに応じた工夫を取り入れながら、全学年で運動身体づくりプログラムを完全実施している。基礎的な運動能力や体力の向上に大きく貢献している。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

・体力テストの結果が下記のように大きく向上した。

男子 A+B+C 率…(R5)44%→(R6)59% 女子 A+B+C 率…(R5)64%→(R6)74%

・専門的知識をもつ体育科専科による授業の実施によって、技能や体力の向上に大きく寄与している。

・業間マラソンを全校で実施することによって、学校全体の基礎体力の向上を図っている。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
南相馬市立小高小学校	村田 権一	87	8	南相馬市小高区関場一丁目77-1

小高 プライド。
～やれば伸びる どんどんチャレンジ 小高の子～



○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【体育の学習で伸びる！】
自分のよさ 友だちのよさ 再発見！



タブレットを活用し、自己を知り、分析し、ふりかえりました。さらに対話することで「視野を広げる」「考えを深める」ことから、マネジメントにつなげました。また、運動への苦手意識を減らし、運動の楽しさを感じさせるために、教材・教具を工夫し、実態に合わせた場の設定をしています。

【遠足で伸びる！】
地域のよさ 再発見！



今年度の遠足は文字通り遠くまで自分の足で歩くことを目的に行いました。自分の足で地域を巡ることにより、歩くことでわかる「地域のよさ」の発見がありました。どんなに遠くても、あきらめることなく、全員が目的地へ踏破することができました。自分の足の力に達成感も得ることができました。

【自分手帳で伸びる！】
自分手帳で健康な人生の習慣づくり



健康課題の解決やマネジメントサイクル確立のために、日課表に「自分手帳の日」を設定しています。ふり返ることで、生活習慣を改善しようとする気持ちが高まってきました。また、継続により、新体力テストの記録を比較して自己記録の伸びに喜ぶ姿もありました。

【アスリートと伸びる！】
ホンモノの力は心技体を伸ばしてくれる



スポーツ庁のアスリート全国学校派遣事業で、元オリンピックにスポーツの楽しさと仲間の大切さを教えていただきました。授業を通して、記録を伸ばす喜びを感じることや、仲間とともに運動する楽しさを学ぶことができました。

【地域とともに伸びる！】
子どもも大人も体力向上 人生 100 年



小高放課後子ども教室では、地域学校協働活動の一環として、学校の空いているスペースを活用して、地域住民との交流活動・文化活動を行っています。学校教育では体験できないことを、地域の方々とともに、運動したり、遊んだりしながら、子ども達も大人も体力づくりをしています。

【If you do it, it will grow!!】
Sports have no borders



With the support of the local community, the sixth graders went to British Hills for English training. Through English-only activities with foreign teachers, they were able to experience not only the joy of physical activity, but also learn about foreign languages and cultures. They also felt that there are ways of engaging and enjoying sports different from Japan.

【豊かな人生が伸びる！】
努力に勝る天才なし



生涯につながる健康管理能力の育成を目的に、養護教諭や栄養士と連携し、保健教育や食に関する指導を行っています。なかでも健康課題に応じた個別指導では、すぐに成果を感じられるものばかりではありませんが、未来の健康を考えた努力をする姿があります。

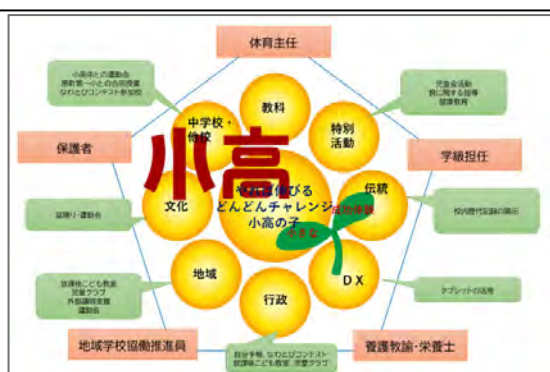
【いつでも どこでも 伸ばす！】
ライバルを作れ そして勝て！



運動の機会をふやし、運動の習慣化を図るため、日常的になわとびに取り組んでいます。学年の枠をこえ、教え合う姿もあります。また、「なわとびコンテスト」にも参加し、県内の学校と競い合いながら、日々チャレンジしています。伸びしろしかない小高っ子たちは、さらなる高みを目指します。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

学年隔てなく仲が良く、認め合い、お互いを高め合うことができるのが、小高っ子のステキなところなんです。そんな小高っ子の合い言葉は、「やれば伸びる！」 様々な場面で聞こえてきます。「量より質」ではなく、量をこなすことで「質」を探り、粘り強くチャレンジしています。「Well-being」の実現、そして小高で学び、小高に誇りを持つ「小高プライド」を創造、継承するため、土台となる健康づくりを行っています。



令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
檜葉町立檜葉小学校	烏中 雪野	157	9	双葉郡檜葉町下小塙麦入31

みんなで汗を流そう！ 運動大好き『ならはっ子』

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

全員で体を動かそう！ 「全校業間運動」



7月 逃走中
9月 手つなぎ鬼
10月 1・2年生が鬼の
ふやし鬼
11月 アメリカンドッジ
ボール

月に1～2回、スポーツ委員会主催の全校業間運動を行っています。みんなで楽しく体を動かせる内容を考え、汗を流しています。縦割り清掃班で活動することもあるので、異学年交流も充実しています。

低・中・高学年でも楽しく過ごそう！ 「ブロック業間運動」



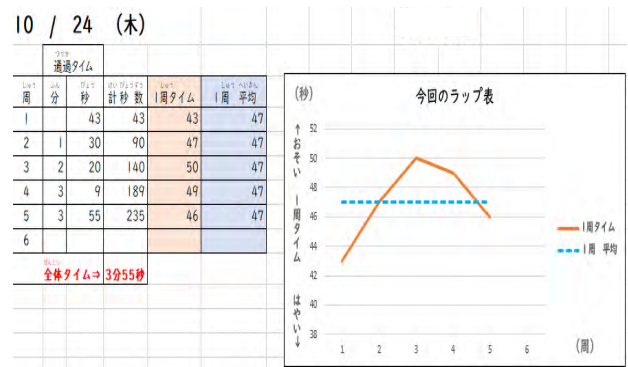
全校業間運動がない水曜日に、低・中・高学年に分かれて、各場所で運動を一緒に行います。発達段階に応じた運動をすることができています。学年が近いこともあり、白熱した勝負が繰り広げられています。

継続は力なり。持久力を高めよう！ 「朝マラソン」



毎週木曜日の朝に校庭でマラソンを行っています。1曲の中で何周走れるか、友達と競い合ったり、先生に負けないように走ったりする子どもたちの姿が見られます。11月には持久走記録会があるので、目標をもって日々取り組んでいます。朝から汗を流して気持ちよく一日をスタートさせています。

持久力は思考も大切 体育授業での「ラップの分析」



持久走記録会前の体育の授業では、エクセルで作成した「ラップ分析シート」を活用しています。1週のラップが数値やグラフで視覚的に捉えられることで、自分の課題や新たな目標設定にもつなげることができます。自己ベストを更新する子どもたちがたくさん見られました。

様々な視点から健康について議論する 「学校保健委員会」



小学校のみならず、中学校・学校医・PTAの方々と一緒に健康課題を確認し、自分手帳を活用した健康マネジメント力を育てて、心も身体も健康である取り組みについて、意見交換を行いました。
(第1回は7月に開催済み)

栄光はどの学年に！？ 「ならはっ子長なわクラシック」



現5年生
R5時点 クラシック記録 54回
R6. 10月 学習発表会 70回 着実にレベルアップ

使う物は長なわ一本。2分間の中で、どれだけ跳ぶことができるのか。今年度最後の全校業間運動となり、全学年が本気で勝負をします。本番に向けて、1月から本格的に練習がスタートします。今からワクワクしています。(2月に実施予定)

幼小連携による活動 「体を動かして交流しよう」



異年齢による
体力作り

毎年、4年生とあおぞらこども園の年長さんが檜葉小学校の体育館で体育的交流を行っています。一緒に体を動かすことで楽しい時間を過ごしたり、来年入学することへの希望やワクワク感を持たせたりすることができます。

子どもたちに負けるな！ 先生たちが鬼の「逃走中」



毎日、7割以上が外遊び中

子どもたちだけが汗を流しているわけではありません。先生たちが鬼になって、子どもたちを一生懸命追いかける時もあります。子どもたちも先生たちが鬼になると、大盛り上がり！一緒に体を動かして楽しい時間を共有することも大切にしています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

全校業間運動に限らず、多くの子どもたちが校庭に出て、鬼ごっこやドッジボール、固定施設で運動をしています。また、体育館の利用も曜日ごとに割り当てており、バスケットボールやバドミントン、バレーボールなど多種多様なボール運動にもふれ、思いっきり体を動かしています。そこには子どもたちと汗を流す先生の姿も多く見受けられます。学校全体で元気いっぱいな子どもたちの体力向上を目指しています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
いわき市立小名浜西小学校	梅原 広	449	23	いわき市小名浜大原字小滝山 3

「かがやけ! 小滝っ子」(「か」考える力「が」頑張る力「や」やさしい心「け」元気な姿で輝け!)
 ~学校経営ビジョンを軸に、主体的に運動し最後まで粘り強くがんばる子どもの育成を目指して~

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

全学年統一の学習カードの作成
 ~水泳運動・遊び~



学校経営ビジョンに即した全学年統一の学習カード(水泳、持久走、なわとび等)を作成し、重点指導事項について全職員で共通理解を図ったうえで授業を行っている。水泳学習では、安全指導を徹底するとともに、自分で設定した目標に挑戦させ、達成感を感じさせることで、水泳の楽しさを味わうことができるようにした。

全学年統一の学習カードの作成
 ~体力を高める運動「持久走」~



持久走では、記録会までの練習の結果を毎回記録することで、新たな目標をもつなど主体的に運動しようとする姿が見られた。目標を達成するために、朝や大休憩の時間に校庭を走る児童の姿が多く見られた。また、互いに励まし合いながら楽しく運動を続けることで、仲間と共にがんばる姿が見られるようになった。

全学年統一の学習カードの作成
 ~体力を高める運動「なわとび運動」~



なわとび運動では、体力・運動能力全般を高めることができる。練習をする上でスモールステップを意識して、できた喜びを感じながら、練習を進めるよう工夫した。その結果、主体的に練習を重ね、課題に挑戦することができた。また、練習の順番の絵や、跳び方の動画、さらには跳び方を動画で撮影しあい、振り返りができるようにした。

体力をつけるための工夫
 ~体力を高める運動「1分間走」~



新体力テストの結果、全校生の持久力が落ち込んでいることが分かった。そこで、体のプロジェクトチームで検討し、教科体育の最初に全学年 1 分間走をすることにした。当初、同じペースで走れなかった子も徐々に走れるようになってきている。

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

運動の質を高める授業改善
～ICT の活用と場の設定の工夫～



児童が自分の課題に合わせて練習の場を選択できるよう工夫した。タブレットを使用し、練習している様子を撮影したり、手本となる動画をいつでも見ることができるようにしたりするなどして、ICT を活用した。友達にアドバイスする姿や、ポイントを意識して動きの完成度を高めようとする姿が見られた。

運動身体づくりプログラム
～投力向上のための工夫～



本校の課題である投力を向上させるために、運動身体づくりプログラムの中で、タオル投げを行うようにした。タオルを離すタイミングや腕の振り下ろし方を確認しながら取り組むことで、投げる感覚を身につけることができた。体力テストでは、昨年度よりも記録を伸ばすことができた。

業間体育
～全校で取り組む持久走と大縄～



2学期は持久力、3学期は筋持久力を、全校での重点指導事項として、全校生で業間体育を行った。上級生の姿に下級生が憧れをもって、目標に向かって頑張ろうとする姿が見られた。上級生は下級生の模範となるよう取り組んだり、優しくアドバイスしたりする姿が見られた。

専門家の活用と連携
～ふくしまっ子健康マネジメントプラン～



小児科の管理栄養士を講師として、「子どもたちの未来のために、食事・運動・睡眠が大事である」ことをクイズや模型そして実技を交えて分かりやすく学ぶ場を設けた。子どもたちはバランスの取れた食事や、体を動かすことの大切さを学び、自分の未来のために健康な体を作っていこうという意欲を高めることができた。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

『全校生が学校目標「かがやけ」に向かって！最後までがんばるたくましい心と体を！』

今年度の学校運営ビジョンに示された体力向上の重点事項について、具体的にどのような取り組みをしていくか、教職員の「体」プロジェクトメンバーで話し合ったことをもとに、全職員で共通理解を図り指導をしています。

子どもたちは、学校目標「か」考える子「が」頑張る子「や」やさしい子「け」元気な子を合言葉に、何事も意欲的に取り組んでいます。

全校生で持久走やなわとびに取り組むとともに、休み時間には本校のシンボル遊具である「こたきやま」を登ったり滑り下りたりして、楽しみながら体力を向上させています。12月には、全校鬼ごっこ「西小版逃走中」を実施予定です。

このように、全校生・職員が、学校目標「かがやけ」に向かって運動していることが本校の自慢です。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
いわき市立江名小学校	安田 篤史	84	7	いわき市江名字天ヶ作 154

「**Dream(夢)**、**Challenge(挑戦)**、**Confidence(自信)**」の実現に向けて
～夢を抱き、果敢に挑戦し、自信を獲得する児童の姿を目指して～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子 ～体力向上～

自由に動かせる体づくりに**チャレンジ** ～教科体育の充実～








とび運動 ワークシート



めあて：きらいな しせい がんばる。	1分	2分	3分	4分	5分	6分	7分	8分
開きやび								
台上昇								
開きやび								



運動に意欲的に取り組む子どもを育むうえでの土台となる体育の授業を充実させることを大切にしている。毎時間の運動身体づくりプログラムの実施に始まり、子ども達がたくさん汗をかくことができる運動量を確保すること、息が弾む強度の高い運動も適宜入れること等を意識した授業を行っている。運動領域ごとに子ども達が目標を設定し易いようにワークシートを活用したり、技の習得状況やチームの動き等の確認をする際にはICTを活用して自分が目指す動きができているか等の振り返りも積極的に行わせたりしている。

自分の限界に**チャレンジ** ～マラソントイム～

サンシャインマラソンのコースを基にしたマラソカードを使用することで、地元のイベントに親しみながら取り組んでいる。マラソントイム中のBGMが流れる前から自主的に走り出したり、友達と周回数を競い合いながら走ったりと、自分の目標の達成を目指した主体的姿が多く見られる。

レベルアップに**チャレンジ** ～自分手帳の活用①～

新体力テストへの取組やその結果を自分手帳へ記録することを通して今の自分の体力について知り、さらに高めていくためにはどのような運動が大切かを考えさせている。また、日常的に体を動かす習慣も意識させ、休み時間中や下校後の外遊びにも意欲的に取り組めるように声掛けを継続している。

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子 ～健康教育～

苦手な食べ物にもチャレンジ ～がんばって食べよう週間～

がんばって食べようカード

わたしのにがてな食べ物はー(○をつけよう)ー
 だいず ごぼう なす ながねぎ しいたけ たまねぎ ドキドキ
 さやいんげん 糸こんにゃく じゃがいも じゃがいも じゃがいも
 にがてな食べ物はー

ひなち	メニュー	はいているもの	ぜんぶ たべたか○
8日 (月)	ごもくきんぴら ごじき きゅうにゅう	だいず ごぼう ながねぎ たまねぎ きゅうにゅう	
9日 (火)	なつめいりカレー ひよこまめのスー きゅうにゅう	さやいんげん かぼちゃ たまねぎ なす ひよこまめ きゅうにゅう	
10日 (水)	しおラーメン すいか きゅうにゅう	しいたけ ながねぎ ごまつな たまねぎ すいか きゅうにゅう	
11日 (木)	いわしのうめ いんげんのごまごし なすじき きゅうにゅう	いわし さやいんげん たまねぎ なす きゅうにゅう	
12日 (金)	ペーコンとやさいのスー きゅうにゅう	だいず ごまつな たまねぎ きゅうにゅう	

おかしに入っているにがてな食べ物のむくちでも食べることが
 できたら、おかしのおまじに○をつけよう。食べ物を減らすことで全部
 食べることができたら、裏に○をつけよう。

自分か食べてみようとと思ったらチャレンジして
 みよう。むりやり食べなくていいですよ！

※12日に書く
 ○にがてな食べものにチャレンジできましたか？
 (にがてな食べものがない人は、のこさず食べられましたか？)

できた ちゃんとできた できなかった

○がんばって食べよう週間にまたチャレンジしてみたいですか？

はい いいえ

○がんばって食べよう週間に参加した感想を書いてください
 (書く学年だけでいいです)



一週間の給食の献立で使用されている食材から子ども達が苦手としている食材に注目させ、食わず嫌いを克服していく取組を実施した。食材の持つ栄養素や効果について事前に各教室で学習し、それぞれの良さを理解することで苦手な食材へも興味を持ち、少しでも食べてみようという意欲を引き出すことを目的とした。苦手な食材がない子ども達には、完食へのチャレンジでも良いとした。全学年が意欲的に取り組み、食わず嫌いであった食材が食べられるようになった子どもや、また挑戦したいと言う子どもが見られた。取組を進めるうえでは、自分で目標を設定し、その目標達成に向けてチャレンジすることを大事にした。

スクリーンタイム縮減にチャレンジ ～学校保健委員会～



本校の健康課題の一つであるスクリーンタイムの縮減に向けて、外部から専門家を招いての実技講演を実施した。保護者と共に、子ども達が自発的に運動するような仕掛けや家庭でも簡単にできる運動等を学ぶことができた。

食生活の見直しにチャレンジ ～自分手帳の活用②～



栄養教諭による食育指導を受けた時や朝食調べ等で自分手帳を積極的に活用し、自分手帳が子ども達にとって身近なものとして使うことができるように働きかけている。記録を蓄積していくことで前年度と比較することができ、指導の際に非常に効果的である。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

小規模校の特性を生かし、全校一丸となって取り組む場やブロック学年で取り組む場を設け、児童は互いに学び・励まし合いながら運動に取り組んでいる。学校スローガンの一つである『チャレンジ』を合い言葉に、持久走記録会やなわとび記録会等では、自分で設定した目標の達成や校内記録の更新を目指している。特に持久走記録会への取組では、今年度校内で統一した新しいマラソンカードを作成して活用したことで、「ぼくは〇マスまで行ったよ！」「私は江名港のところまで走ったよ！」という声が学年を問わず校内で飛び交い、子ども達の間で進んで運動に取り組む意欲が高まった。何事にも『チャレンジ』することを通して『自信』を持ち、結果として子ども達が思い描く『夢』の実現に結び付けられるよう、今後も学校として様々な取組に『チャレンジ』していきたい。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
二本松市立二本松第二中学校	吉川 奏子	110	5	二本松市沖三丁目301-1

M2健康マネジメント！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【朝の体力向上トレーニング】



体力向上(陸上大会や駅伝大会)のために、走ることを中心に行っている。参加者は希望制。走るだけでなく、ラダートレーニングや補強運動なども種目に入れている。

【なわとびコンテスト】



学級ごとにコンテストに参加。部活動では卓球部が参加。目標記録のために、話し合いが行われ、チームの団結力が高まっている。

【食育教室】



保健委員会が中心となり、朝食100%を目指すためにポスターを作成したり、基礎代謝を上げるために筋力トレーニングの仕方を学んだりした。

【ミニ運動会】



バットぐるぐる競争、台風の目、みんなでリレー、玉入れを全校生で行った。勝ち負けに関係なくみんな笑顔で気持ちのよい汗をかいだ。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では、今年度から朝の体力向上トレーニングの時間を設け、希望者が取り組んでいる。種目は、ランニングを中心とし、校庭や学校周りの外周、坂道を利用した坂ダッシュを行っている。昼休みは、体育館を開放し、バレーボールを行うなど生徒が主体的に運動に親しむ環境が整っている。また、運動するだけでなく、食について考え健康についての自己マネジメント力を高めることができる。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
二本松市立安達中学校	大和田 康夫	286	9	二本松市油井字田向100

安達2024アクション

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

昼休みの体育館開放



昼休みに学年毎に順番で体育館を開放し、運動する機会をつくっています。多くの生徒が体育館に足を運び、運動に親しんで、汗を流しています！

校内体育大会



学年毎に体育大会を開催。長縄跳びをクラス対抗で行い、全学級でなわとびコンテストに参加しています。

自分手帳の活用



体力テストの結果を自分手帳に記入し、自分の結果を振り返るとともに、来年の記録に向けた目標を立てています。

歯磨き教室



毎年1年生を対象に歯磨き教室を行います。本県の課題でもあるむし歯の予防に向け、正しい磨き方を学び、給食後に実践しています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

特設部の活動が盛んです。毎年4月と7月に陸上部と駅伝部を立ち上げ、多くの生徒が参加しています。そして毎年、陸上・駅伝ともに県大会に出場しています。また、特設部に限らず、常設部の上位大会への出場も多く、運動への意識が高い生徒が多いです。そんな先輩を見て育つ後輩も刺激を受け、毎年活発に部活動の練習に励む姿が見られます！

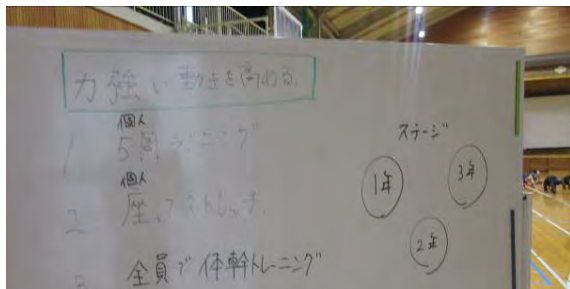
令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
二本松市立小浜中学校	黒澤 謙悟	77	4	二本松市小浜字反町411

小浜中学校スポーツタイム

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【今日のメニュー】



保健体育担当教師が、毎回ホワイトボードにその日のメニューを書き出しています。

【生徒会企画】



全校生を4つの班に分け、年間を通してゲームをします。生徒会本部役員が企画運営します。

【岩代ロードレース大会に向けて】



8月から10月の大会本番に向けて、毎週暑い中、全校生で走り込みをしました。

【呼吸を合わせて】



11月から、各学級でなわとびコンテストにチャレンジしています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では毎年、部活動がない毎週水曜日の8:00～8:15に、「スポーツタイム」を年間計画に位置付け、基礎体力向上や持久力向上を目的として、全校生徒と教職員で身体を動かしています。年度当初は、体育館に集合後、ランニングや体幹トレーニングを行いました。身体がほぐれ、体温が上昇して、その後の活動により影響があることを実感します。また、本年度も10月6日の岩代ロードレース大会に向けて練習を行いました。

さらに、本年度新たな取組として、生徒会企画のゲームを年間を通して行ったり、なわとびコンテストに全校生で参加して毎回記録更新のために熱心に取り組んだりしています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
二本松市立岩代中学校	小澤 誠	36	3	二本松市西新殿字一本木188

ISCM ～ Iwashiro Self Care Management ～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

自己ベストを更新

体育の授業・単元を通して体力アップ



各学年ともに単元を通した目標の設定を行った。授業では、前年度の自己記録を基に記録や技能の習熟を振り返り、記録の更新や技能向上を目指す姿が見られる。

ミニ運動会

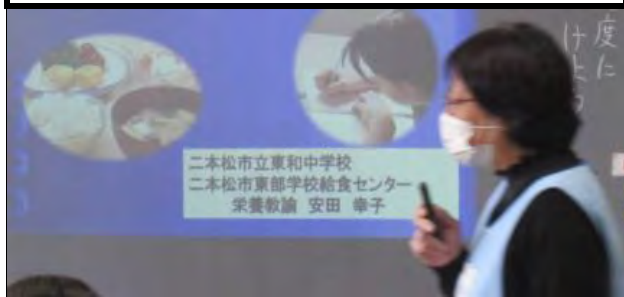
文化祭ミニ運動会係企画による体力アップ



文化祭ミニ運動会係で企画・運営。大玉転がしや二人三脚、綱引き、長縄跳びを行い、全校生徒で楽しみながら運動に取り組むことができた。

食に関する授業

食について学び健康マネジメント力アップ



東部学校給食センターの栄養教諭とのTTの授業では、1年生「免疫力と食事」、2年生「スポーツと食事」、3年生「受験期の食事」について日常化を図っている。

岩代ロードレース 全員3キロに挑戦

地域スポーツへの参加で体力アップ



全校生徒で、地域スポーツ行事である「岩代ロードレース」に参加した。小浜中との合同試走などもおして、運動に親しむとともに、達成感を味わうことができた。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では、2学期から3学期終了までの期間、月曜日と金曜日の週2回、全校生徒参加の体力向上トレーニングを行っている。種目は自己の体力課題克服のための体力向上トレーニングメニューや、全校生で実施する持久走や体幹・筋力トレーニング、コーディネーショントレーニング、各種球技など、生徒が運動に親しむ資質や能力を高めるとともに、10月に参加する岩代ロードレースでの全員の完走や上位入賞を目指して取り組んでいる。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
二本松市立東和中学校	日下部 準一	106	6	二本松市針道字大町西1

みんなで運動に親しむ会 ～絆 up! 体力 up! 全て up! アップアップtime～

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【生徒主体の運営で運動に親しむ会】

～スクールバスを待つ時間の活用 放課後全校運動～



運動に親しむ会は、体育委員会が企画・運営しています。全校生が運動に親しめる競技を考え、学級対抗で運動に親しんでいます。

【保護者も一緒に運動に親しむ会】

～ 授業参観後、PTA とのコラボ企画運動 ～



保護者と一緒に運動する機会が少なくなる年代。体を動かすよさとともに、運動を通してつながる絆を感じる会となりました。

【文化祭を盛り上げた運動に親しむ会】

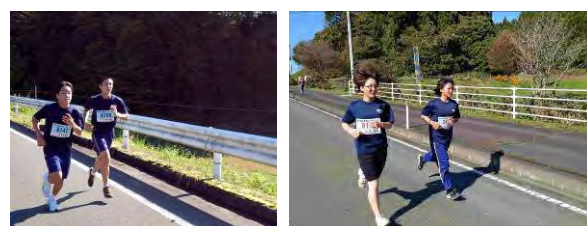
～ クラス対抗ミニ運動会! ～



長縄跳び、綱引き、リレーなど、クラス対抗戦を行い、全校生徒で競い合い、楽しみながら運動に取り組みました。

【校内マラソン大会は東和ロードレース!】

～ 伝統の地域スポーツへの参加で力試し ～



長距離走の授業の成果発表の場として、東和ロードレース5kmの部に参加。自分で立てた目標に向かって頑張り、完走する達成感を味わいました。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校では、隣接する「カントリーパークとうわ」(全天候型グラウンド、各種運動場)や50mプールなど、充実した体育施設を活用して日々の授業や部活動に取り組んでいます。体育授業の充実を柱にしながら、生徒が真ん中(中心)となって運動に親しむ機会を設けるようにしています。運動を通して、友達や地域との絆を深め、体を動かすことのよさを自覚させながら体力向上に取り組んでいます。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
大玉村立大玉中学校	久保寺 徹	259	10	安達郡大玉村玉井字的場93

楽しい学校を目指して！！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【保健体育授業の充実】 外部講師によるダンスの授業



外部講師の先生を招き、授業をしていただきました。ブレイクダンスにも挑戦しました。

【部活動】 東北大会に出場



陸上部・特設水泳部が東北大会へ出場。各県県大会に出場を決めるなど結果を残しています。

【あだたら健康マラソン】 マラソン大会



村行事のマラソン大会で、男女3kmの距離を上位入賞や校内記録更新目指して走りました。

【おおたまふれあいフェスタ】 小・中交流



2年生はスコアオリエンテーリングを実施。小学5年生と協力してチームで競いました。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

- 保健体育の授業→補強トレーニング(腹筋、腕立て伏せ、背筋、馬跳びなど)を毎時間行い、筋力向上を図っている。
- 部活動 → 村の体育館を利用することで、制限なく全ての部が練習できる環境が整えられている。送迎でバスを利用することができるため、様々な場所に行って練習することが可能。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
南会津町立館岩中学校	室井 辰生	16	3	南会津郡南会津町水石19

大自然で心も体もリフレッシュ！イキイキ健やか館岩っ子！！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【ゴルフ教室】



地元たかつえカントリークラブで年2回ゴルフ教室を行っています。自然豊かな青空の下、生徒、教員でプレーを楽しみました。

【地域ふるさとマラソン大会】



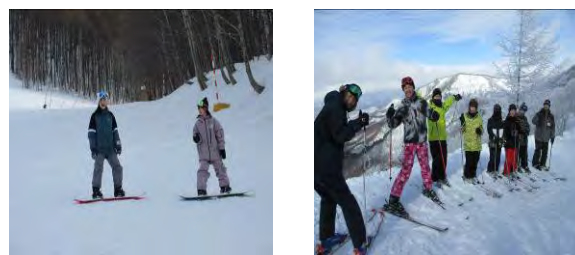
地域ふるさとマラソン大会のゴーマン杯へ全員が出場します。県内外から多くのランナーが参加する大会。地域の方の応援に支えられ、見事全員完走しました。

【昼休み時間】



男女共に体を動かすことが好きな生徒達。先生方も一緒に運動。バレーボール、サッカーなど、みんなで楽しく昼休みに体を動かして心も体もスッキリ！です。

【スキー・スノーボード教室】



地元たかつえスキー場でウィンタースポーツを楽しみます。昨年からスキーだけではなく、スノーボードも取り入れられました。体幹を鍛えるには抜群のスポーツです。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

全国でも珍しい、「ゴルフ教室」を年2回行っています。素晴らしい景色を眺めながら、館岩地域の大自然と一体化できる行事は、本校自慢の教育活動となっています。小規模校だからこそ可能な、館岩のよさを実感できる取組や活動などが沢山あります。地域と関わる機会が多いことで地域全体で子供たちを見守り育てる、館岩地域の最大の良さです。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
南相馬市立石神中学校	小林 正和	152	7	南相馬市原町区石神字北畑47-1

いしがみ健康増進活動（元気づくりシステム）

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

毎朝のジョギング活動



各自ジョギングタイムを設定し、20分間の活動を継続して行っている。全校生徒の約3割が自主的に参加している。

総合型地域スポーツクラブとの交流 （ウォーキングフットボール教室）



生徒全員が取り組めるスポーツであり、地域との交流を促進し、地域との一体感や活力を醸成している。

食育活動



生徒自らが作る「手作りお弁当の日」を設け、食材の地産地消や栄養摂取について考え、実践している。

自分手帳の活用



継続して記録を付けることで、からだの発育発達や運動効果、生活習慣に気付き、数年後の自分を創造している。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

技術指導に偏らず、身体を動かす楽しさを知り、生涯スポーツの基礎の一偏となることを願っている。教職員もこれらの活動に生徒らと協働し風通しの良い校風となっている。欠席者や遅刻者、早退者も少なく、保健体育の授業では全単元に渡って見学者が殆どいない。また、総合型地域スポーツクラブ（はらまちクラブ）の協力を得て、地域交流や多世代交流を図っている。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
富岡町立富岡中学校	武内 雅之	22	4	双葉郡富岡町大字小浜字中央237-2

「連携を生かした体力向上」と「自分手帳を活用した授業の充実」

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

アスリートから学ぶ
(EIP9)



体を動かす楽しさや大切さを実感させるために、アスリートと一緒に陸上競技やシュートボクシング、ダンス、CP サッカー、タグラグビーなど様々なスポーツに触れさせた。

アスリートから学び、日頃の授業へ
(EIP9)



昨年度の課題であった筋持久力の向上のため、アスリートから様々な腹筋運動を指導いただき、毎時間の授業で継続して実施し、上体起こしの記録を向上させた。

昨年度の自分を超える①
(新体力テスト週間)



昨年度の自分の記録を超えることを目標に、新体力テスト週間を設けた。自分手帳でこれまでの記録を確認しながら、自主的に運動に取り組んだ。

昨年度の自分を超える②
(小中合同新体力テスト)



小中9年間を見据えた、つながりのある体力向上を目指すために、小中合同で新体力テストを行った。

昨年度の自分を超える③ (1年間の伸び率を表彰)

新体力テスト
～努力が光る、最大伸び率チャンピオン～

FITNESS	NAME	GRADE	LAST YEAR	THIS YEAR	POINT
握力	中1	76kg	30kg	+14	
上体起こし	小5	14回	29回	+11	
長座体前屈	小6	28cm	38cm	+10	
反復横跳び	小3	17回	47回	+30	
100m走	小2	18回	47回	+20	
50m走	小4	20.5秒	13.5秒	-7.0	
立ち幅跳び	小5	145cm	199cm	+54	
ソフトボール投げ	小6	11m	22m	+11	

©Tamaeda



自分手帳から昨年度と今年度の記録を比較し、伸び率を確認させるとともに、伸び率が高い児童生徒を表彰することで、今後の運動への意欲付けを図った。

幼小中+地域の方々と (合同運動会)



幼小中合同での運動会を実施した。児童生徒が協力して取り組んだり、家族や地域の人と触れ合ったりして、大成功をおさめた。

命を守る (自衛隊との着衣泳)



陸上自衛隊や海上自衛隊、双葉警察署の職員と一緒に着衣泳の授業を行い、命の大切さを学び、自分の命を守る方法を身に付けた。

地域の方と (剣道授業・卓球部・よさこい)



地域の方と連携し、体育の授業では剣道やよさこいを、部活動では卓球を専門的に指導いただいた。地域のよさこいのクラブに入る生徒が増え、学校外で体を動かすきっかけにもなった。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校の特色である小・中学校が併設している環境を生かし、小学校から中学校卒業までの9年間を見据えて、小中が連携しながら健康増進・体力向上に向けた活動を行っている。また、地域の方や外部講師とも積極的に連携を図り、専門的な指導を受け体力向上につなげるとともに、様々な人と話すことでコミュニケーション力を高めたり、前向きに今後の生活について考えたりするきっかけとしている。

さらに今年度は「昨年度の自分との比較」というところに重点を置き、子どもたちに意識させながら、より自分手帳を活用して授業や新体力テストに臨ませるなど、継続的に健康や体力向上への課題に向き合わせている。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
檜葉町立檜葉中学校	松本 涼一	66	4	双葉郡檜葉町大字北田字鐘突堂2-1

檜葉中学校 3Cプロジェクト（身体づくり教室）

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【 陸上競技(短距離走)教室 】



プロスポーツ選手のスプリントコーチである秋本真吾さんをお招きし、陸上教室を行いました。理論をふまえ、走り方のコツを学びました。

【 ラグビー教室 】



元プロラグビー選手の西山淳哉さんをお招きし、ラグビー教室を行いました。ユーモアを交え、みんなでやり抜くことの大切さを学びました。

【 ダンス教室 】



ダンサーの末永美紀さんをお招きしダンス教室を行いました。スモールステップで積み重ねることの大切さを学びました。

【 ふくしまっ子 健康・体力 自分手帳の活用 】



4月のオリエンテーション期間中に全校生で自らの健康・食生活について考えます。毎月「自分手帳」に生活の振り返りを記録しています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

全校生の身体づくり(基礎体力向上・健康増進)を目的に「ヴィレッジ(DREAM福島)様の支援のもと、3Cプロジェクトと呼ぶ活動を行っています。3Cとは「Change」、「Challenge」、「Connection」を表します。授業では「笑顔」にあふれ、スポーツの楽しさを味わっています。講師の方々から励ましのメッセージをいただくことで、キャリア教育にもつながっています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
いわき市立三和中学校	竹之内 貞夫	119	10	いわき市三和町下市萱竹ノ内228

未来（生涯スポーツ）のために

「健康ATM、貯筋ダブルアップ（体力・健康）チャレンジ！！」

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

未来のために貯筋（体力、持久力）チャレンジ1

毎月のミニスポーツテスト



立ち幅・反復横跳び・上体起こし・シャトルランを実施し、自身の体力向上・維持を目標に活動しています。

未来のために貯筋（体力、持久力）チャレンジ2

地域と連携しながら登山チャレンジ



地域のよさに気づきながら、自身の体力向上もかけて学年で三十三観音史跡巡りを毎年実施します。

未来のために貯筋（体力、持久力）チャレンジ3

3分間縄跳び（短縄・長縄）



毎回の準備（導入）運動に短縄3種目（前、駆け足、2重跳び）各1分と長縄3分間を実施。その後、心拍数を測りながら自身の心肺機能の変化を学びます。

未来のために貯筋（体力・健康）チャレンジ4

特別講師による講演・実技指導



日頃からトップアスリートを指導する方を講師で招き、今の時期に大切な運動習慣や物の考え方や捉え方を学び将来のために役立てます。

未来のために貯筋（体力、持久力）チャレンジ5

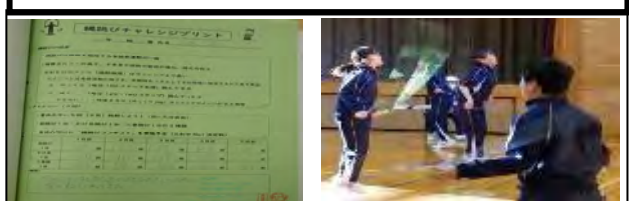
生徒主体で運動イベント開催



生徒会主体となり、テスト期間終了時にスポーツイベントを実施し、体を動かす「積極的休養」を学びます。

未来のために貯筋（体力、持久力）チャレンジ6

縄跳び選手権の開催



長期休業の課題で「縄跳び」を課し、その成果を試す大会を全校生で実施し、運動を継続する大切さを学びます。

未来のために貯筋（体力、持久力）チャレンジ7

朝のマラソン運動



心肺機能が発達する大事な時期に、自分で決めた目標に対して挑戦する心を全校生で育てます。

未来のために貯筋（体力、健康）チャレンジ8

自分手帳の活用



自身の成長の変化を可視化し、今後の課題発見と対策を自ら考え、私生活の運動習慣や食習慣の見直しを図ります。

未来のために貯筋（体力、持久力）チャレンジ9

行事に駅伝・縄跳び種目を（学年縦割り）



スポーツ行事に駅伝・長縄を組み込み、自分の頑張りがチームのためになるという大切なことを学びます。

未来のために貯筋（体力、持久力）チャレンジ10

5DAYS・2DAYS 長期休業でも運動習慣



全校生（小学校）に希望を募り、夏・冬休み中に登校する日を定め、中学生（駅伝）と一緒に体力向上に励みます。

未来のために貯筋（体力、持久力）チャレンジ11

パラスポーツ実践と教材の工夫



パラスポーツ【シッティングバレー】を通し、足を怪我した生徒も授業に取り組み、教材の工夫（風船）を使用することでスポーツの楽しさを実感します。

未来のために貯筋（体力、持久力）チャレンジ12

小中連携をより密に



クラブ活動の延長で部活動体験を実施したり、中学校の先生が小学校の体育の授業を行ったり、その逆を実施したりと小中連携を密に行っています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

【 運動好きを増やす = 将来の健康の保持増進 】

体育の授業のみならず、行事や生徒会活動、地域とも連携しながら体を動かす楽しさをみんなで共有し、「運動好き」を増やす工夫を意識しています。また、運動の原理・原則を理解できるような手立てを各単元で意識しています。

【 連携の強化 = 運動好きを増やす 】

地域—学校—家庭 の連携を深めること・小学校—中学校 の連携を強めることで運動に対するさまざまなアプローチが可能になります。この強みを生かして、子どもたちの「将来の健康と生涯スポーツ」をより豊かにできるよう、指導にあたっています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童生徒数	学級数	学校所在地
郡山市立湖南小中学校	嶋原 靖宏	110	10	郡山市湖南町三代字京塚581-1

たくましい湖南の子 体力向上のスタンダード

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

(体育授業の充実) 先進校の実践も取り入れて

体育の授業を充実！



先進校の研究・実践を紹介したり、授業づくりに活用できる映像資料を共有したり、教材教具の整備を行ったりと各学年の体育の授業が充実するように取り組んでいます。運動頻度を確保し、各学年で身に付けさせたい運動感覚・技能を育む授業を行うことで、子どもたちが楽しく全力で運動に取り組む姿が増えました。少人数だからこそ一人一人の技能や思考を見取り、自己有用感が高まるように取り組んでいきたいと思っています。

(体育的行事との連携) 支え合う 励まし合う

湖南小中大運動会



本校の運動会は、義務教育学校の特徴を生かし、前期・後期合同で行っています。後期課程のサポートを受け、「小中一貫リレー」や「借り物競走」で児童生徒が協力して競技を行います。後期課程の姿は、前期課程のお手本であり、「自分もあんな風になりたい」「もっと速く走りたい」と目標となり、相互に意欲を引き出すよい機会となっています。後期課程の支えや励まし、前期課程のひたむきに競技に取り組む姿勢が、湖南小中大運動会を成功に導いています。

(体育的行事との連携) (業間を活用)

体力テスト練習会



体力テストに向けて、その期間は毎日業間を使って、全校生で運動したり、体力テストの練習会を開催したりして、自分の目標記録を達成できるように取り組みました。また、くじ引き形式で運動遊びに取り組む体力向上チャレンジボックスを設置し、様々な運動感覚を楽しみながら育む工夫も行ってきました。

(体育的行事との連携) (業間を活用)

マラソンタイム



校内マラソン大会に向けて、約3週間にわたって業間を使って、全校生で持久走に取り組みました。猪苗代湖を1周することを目指したマラソンカードを活用して、今自分がどれだけの距離を走り続けてきたかを見える化し、意欲的に活動できるようにしました。校内新記録樹立や自己ベストの更新につながりました。

(小中連携) 合同で取り組む体力づくり

体力向上タイム！



冬季期間で前期課程の特設陸上部、後期課程の運動部ともに屋外での活動が制限される環境の中でも春に向けて、合同で体力づくりに取り組んでいます。可動域を広げること、体幹を鍛えること、サーキットトレーニングから体力を育むことを意識した運動に継続的に取り組んでいます。短い時間の中でも、目的意識をもって取り組み、体力の伸びが実感できるように継続的に活動することの大切さを学んでいます。

(外部講師による指導)

ダンスや器械体操



ダンスの授業では、3・4年生を対象に福島スポーツアカデミーの先生に教えていただきました。7・8年生を対象に地元公民館の事業とタイアップし、ヒップホップダンスの授業を行いました。その他にもアスリート派遣事業を活用した器械体操の授業や思春期と体の成長の教育など、専門的な指導を受けることができ、意欲的に学習に取り組む姿が見られ、大変効果的な取り組みとなりました。

(後期課程への準備期)

部活動体験・仮入部



5・6年生は、11月から部活動体験を行っています。全員がすべての部活動を体験し、自分に合っている部活動が何かを吟味します。どの部も楽しくて、迷っている児童が多いです。6年生は12月から仮入部し、1月からは義務教育学校の小中のつながりを生かし、一足早く入部しての活動が始まります。早期に部活動に取り組むことで、体力や技術が身に付き、高い効果を得ることができます。

(外部講師による指導)

食育の授業～マイ弁当を通して～



マイ弁当の日に向けて、郡山市教育委員会の栄養教諭等派遣事業を活用し、「栄養バランスのとれたお弁当を作るため」をテーマに学習を行いました。「大きさにぴったりの弁当箱」「いろいろ」「主食、主菜、副菜の割合」などポイントを踏まえた学習を行いました。子どもたちは、日頃の食生活を反省し、バランスのよいお弁当を作るために一生懸命学習をしていました。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

- 体育授業先進校の取組やふくしまっ子児童期運動指針等を参考にし、充実した体育授業を行っています。授業で取り組んだ運動を休み時間になってもやりたくなる「運動の日常化」を目指して、教材・教具の工夫に力を入れた授業づくりをしています。
- 運動遊びをしたくなる「体力向上チャレンジボックス」に進んで取り組んだり、体育的行事に向けての強化週間を設けたりするなど運動意欲を喚起する環境の充実にも力を入れています。
- 新体力テストの結果、学校全体のAの割合が、昨年度44%から50%へと向上しました。体力向上に向けた継続的な取り組みをしてきた成果です。また、体力テストや水泳記録会、マラソン大会では、今年も自己ベストを更新したり、校内新記録が樹立したりすることができました。体育授業で運動感覚や習慣を育む継続的な取り組みにより出せた大きな成果だと思います。
- 今年度の活動を「体力向上のスタンダード」として、継続的に取り組むとともに、地域や家庭、近隣学校に情報発信して、ふくしまっ子の体力向上につながるようにしていきたいと思っています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童数	学級数	学校所在地
会津若松市立河東学園	安齋 敦	531	23	会津若松市河東町南高野字金剛田 1



「かわわん」と目指せ！体力アップ



○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【運動会 前・後期合同プログラム】



運動会(スポーツフェスティバル)では、前後期合同種目を行っています。大玉送りやチャンス走などを一緒に取り組み、楽しく活動しています。

【朝のマラソンタイム】

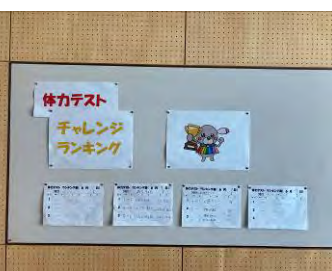


マラソンカードにもかわわんがいます。



朝の時間に「マラソンタイム」として校庭を走る時間を設けています。3周でボール投げや鉄棒ができるようにして、意欲の向上をねらっています。また、持久走記録会前には、体育委員会が中心になって呼びかけをしたり、5周で「かわわん」のシールをプレゼントしたりしました。

【体力テストチャレンジランキング】



体力テストの実施期間前の昼休みの時間に、体育委員会を中心に体力テストの練習と記録の測定を行っています。練習期間の記録をカードに書いて渡したり、給食時間の放送でランキング上位者を発表したりしています。

【かわレンジャー】



「かわレンジャー」という9人組(義務教育学校なので9学年)のキャラクターを作り、「運動」「睡眠」「食事」「水分補給」「歯の健康」「手洗い」「心・性教育」「噛む力」「命」などについて啓発し、健康教育への意識を高めようと取り組んでいます。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、義務教育学校という利点を生かして、前後期合同の活動を行っています。また、朝の時間や昼休みには、元気にマラソンの練習や外遊びをする児童が多くいます。オリジナルのイメージキャラクター「かわわん」を広告塔にマラソンカードやシールなどを作って意欲の向上を図り、運動に対して前向きに取り組む姿が多く見られます。肥満傾向の児童への個別指導に養護教諭を中止として取り組み、昨年度肥満度20%以上の児童は、14.7%から今年度8.4%に減少しました。他にも、「かわわんトレーニング」というものを保健・体育委員会・後期の保健委員会の合同で作成し、体力の向上を目指しています。



○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【栄養教諭と担任による食育指導】



栄養教諭と担任による指導で食についての知識を得て、自分自身の生活を振り返っています。振り返り際には「自分手帳」を活用し、変化の様子に気付けるようにしています。「自分手帳」には体力テストの結果・健康診断の結果も記入しています。

【かわわんトレーニング】



体力テストの結果で課題となる項目に比重を置いて、ダンスの要素を取り入れた「かわわんトレーニング」を作っています。保健・体育委員会・後期の保健委員会を中心として動画を撮影し、自由に練習ができるように校内で配信をしました。

【養護教諭と担任による性教育】



4年生の保健の学習では、養護教諭と担任が連携して性教育を行っています。思春期による体の変化や心の様子について学ぶとともに、自分自身の変化にも気付くことができるよう、ていねいに寄り添って指導をしています。

【発育測定運動指導】



毎学期の発育測定を行う前に、その学年の課題に合わせて保健指導を行っています。2・3年生には、運動について、紙芝居で説明し、実際におすすめする運動を試しに行き、児童が意欲的に実践できるよう工夫をしています。

【部活動の早期入部と
後期教員・外部指導員による指導】



6年生は、4月に後期の部活動見学、6月に特設部(陸上・水泳)、9月に常設部(野球・バスケ・バレー・卓球・合唱)に入部することができます(希望者のみ)。市小体連の陸上大会に向けて後期の保健体育の教員が指導をしたり、特設水泳部では外部指導員の先生が指導したりします。専門的な指導のおかげでさらに力を付けることができます。

【かわっぴ健康集会】



保健委員会児童が企画した健康集会を年数回行っています。11月には、地域に住んでいる80歳を超える方に、健康の秘訣を教えてもらいました。運動・食事・睡眠が大切なことが伝わり、自分の生活を振り返るきっかけになりました。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	生徒数	学級数	学校所在地
福島県立田村高等学校	渡邊 亮	433	13	田村郡三春町字持合畑88—1

田高体操で心も体もリフレッシュ！！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

田高体操を創作



三春町と協力して、高齢者のフレイル予防、地域住民の健康増進に繋げることができる体操を創作。グループごとに創作した体操を校内で発表。講師を招き、体操の技術指導を受けている様子。

田高体操を PR



高齢者が集まる「いきいきサロン」のセミナーに出向き田高体操の発表会実施のPRと参加者募集のチラシを配布している様子。

第1回田高体操発表会の実施



田高体操を披露し、参加者全員で田高体操を体験。今回は4グループで体操を披露し、1つ体験するとシールがもらえるというスタンプラリーとアンケートを実施。当日の様子。

第1回田高体操発表会の実施



参加した高齢者は約100名。田高体操発表会が終了し、最後に参加者全員での記念撮影。皆さん笑顔が印象的。

内堀知事も田高体操を体験



内堀知事が田村高校に出前授業のため来校。一緒に田高体操を体験している様子。

地域サロンでの出張田高体操



三春町のサロンに出向き、実際に高齢者と田高体操を体験し、交流している様子。

地域サロンでの交流会



サロンに出向き、田高体操を体験した感想や、良かった点、改善点を聞く。要望を受けて新しい体操を創作。サロンでの交流会の様子。

第2回田高体操発表会の実施



参加した高齢者は約80名。4つの田高体操2024をつくり、前回同様体操の発表会を実施。今後は三春町と協力してDVDを制作し、各サロンへ配付予定。発表会当日の様子。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

- 体育的行事の充実 4月「さくらウォーク」「タイムトライアル」 7月「校内スポーツ大会」
2月「ダンス発表会」など
- トレーニング施設の充実 ウェイト場、タータントラック
- 新体力テストA、B段階が7割以上

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

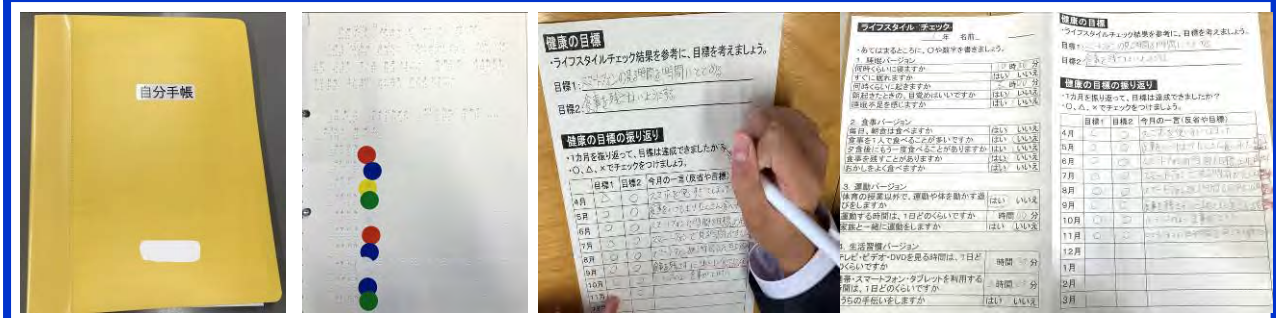
学校名	学校長名	児童生徒数	学級数	学校所在地
福島県立視覚支援学校	佐藤 清悦	23	14	福島市森合町6-34

「健康でたくましく明るい心と体を目指して」

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【自分手帳の活用①】

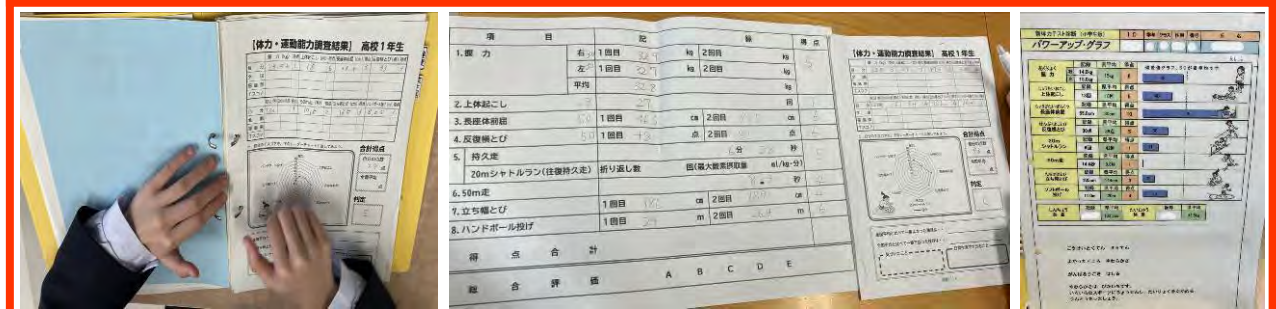
健康に関心をもち、主体的で適切な健康管理



小学部4年生から高等部まで自分手帳を拡大し使用しています。運動、健康、食育の項目に沿って整理し、児童生徒の実態によって、健康教室の取り組みなどの資料は点字を使用しています。ライフスタイルチェックでは、自分で立てた目標について毎月、目標の振り返りを行っています。

【自分手帳の活用②】

健康でたくましい体づくり(新体力テスト)



新体力テストの測定を行い、記録表にまとめています。それぞれの学部で個人の体力・運動能力調査結果をまとめ、前年度の記録と比較できるようにしています。自分の課題となっているところを意識しながら学習で取り組めるようにしています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、幼稚部、小学部、中学部、高等部合わせて23名の幼児児童生徒が学んでいます。ブラインドスポーツだけでなく、体づくり運動をはじめ、陸上競技、水泳、ダンス、武道など様々な運動に取り組んでいます。幼児児童生徒が体を動かすことの楽しさを感じ、「わかる」「できる」授業を実現し、学校教育目標である健康でたくましい体づくりに向けて、食に関する学習や生活習慣について健康教室を行うなどそれぞれの学部で工夫をしながら取り組んでいます。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童生徒数	学級数	学校所在地
福島県立聴覚支援学校 福島校	西村 則昌	10	5	福島市森合町6-34

全児童で切磋琢磨！毎日身体を動かそう！

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

チャレンジタイム 【3分間マラソン】



週に2回3分間マラソンに取り組んでいます。
自分の記録更新に向けて頑張っています。

チャレンジタイム 【なわとび】



3分間跳び続けられるように練習中！全員で
長縄跳びも。息を合わせてソレ！

【食後も外遊び！】



給食を食べたすぐ後でも誘い合ってサッカー、
鬼ごっこ、競走など、たくさん走ります。

【休み時間にレベルアップ】



鉄棒、マット、跳び箱など、休み時間でもすば
やく準備して技の練習をしています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

聴覚支援学校福島校の児童は、週2日、小学部全員で体育を行っています。体育のない週3日の業間休みも「チャレンジタイム」を設定し、日々体力向上に励んでいます。3分間マラソンでは、体育館を何周走ったかをシールを貼って記録し、それぞれが自分の記録を見返しながら、目標に向かって、取り組んでいます。体育でも、休み時間でも、学年を超えて競い合いながら、児童同士が自分の力を高め合っています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童生徒数	学級数	学校所在地
福島県立須賀川支援学校 郡山校	大橋 隆史	12	7	郡山市桜木二丁目21-13

郡山校の魅力！ 学校の特性や地域性を活かした工夫

須賀川支援学校は病弱の特別支援学校です。その分校である郡山校は、校舎学級と病院訪問学級があり、校舎は郡山市の市街地に位置し、病院訪問学級は太田西ノ内病院の中にあります。病弱特別支援学校という特性から、制限がある中での運動習慣の形成や体力向上に向けた活動になりますが、地域の方々の力をお借りしながら実践している取り組みを紹介します。

○ 地域のゲストティーチャーを招いた取り組み

心と体に一息を ヨガ講座



場所を選ばず、家庭や学校でも気軽に体を動かすことができるヨガ。希望する保護者にもご参加いただき、年1回ヨガ講座を開催しています。

普段は意識しない体の部位や動きに着目し、体を伸ばしたり呼吸を整えたりしながら取り組みました。学校と家庭とで連携しながら運動習慣を形成するきっかけにしています。

地域の方のお庭へレッツゴー！ みかん狩り



地域の方が自宅の庭で丹精込めて育てたみかんを収穫させていただきました。

郡山校には校庭がないため、児童生徒が屋外でのびのびと体を動かす貴重な体験となりました。友達や先生と収穫する楽しさを、屋外で体を動かす気持ちよさや、人との交流の喜びにつなげていきたいと考えています。

○ 地域の強みを活かした『学校自慢』

私たち須賀川支援学校郡山校はとても小さな学校です。小さな学校ならではのアットホームな雰囲気や地域とのつながりを活かし、上記以外にも地域の方と音楽科交流や作物の栽培などの様々な学習活動を行っています。地域の「人」に加えて、公園や商業施設、交通の便の良さなどの「立地」も自慢です。それらの強みと先生方の創意工夫を相乗させながら、運動習慣の形成や体力向上を目指しています。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童生徒数	学級数	学校所在地
福島県立聴覚支援学校 会津校	西村 則昌	9	5	会津若松市一箕町大字鶴賀字下柳原 102

レクリエーションタイム

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

【フラフープリレー】



2人1組になり、シートを張ったフラフープの上に置いたボールが落ちないように運ぶゲームを実践した。ボールの動きに注意し、友達と息を合わせながら落とさずに運び、ゴールを目指すことができた。

【いろあわせゲーム】



箱から取り出したカラーボールと同じ色のマーカーコーンを探し、同じ色同士を組み合わせるゲームを実践した。実態差に応じて、箱から取り出すカラーボールを増やすなどの工夫をした。

【しっぽとりゲーム】



教師や友達としっぽを取り合うゲームを実践した。一番多くしっぽを取った人が勝ちである。歩いてしっぽを取り合う場所を設けることで、運動能力の差を補う工夫をした。

【ふうせんバレー】



2チームに分かれ、「5回までに相手チームに風船を返す。」「同じ人が2回続けて風船を触らない。」「などのルールを設けて行った。チーム内で声をかけあいながら体を動かす様子が見られた。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、幼稚部4名、小学部5名の小規模校である。障がいが多様化しており、個々の運動能力の実態差が大きい。週に3日15分の「レクリエーションタイム」では、幼児児童の実態に応じたスポーツ活動を行い、体力向上と運動に親しむ態度を育むことをねらいとして取り組んでいる。その結果、運動をする習慣が身に付き、さまざまなスポーツ活動を通して、積極的に走ったり跳んだりする様子が見られた。今後も、幼児児童の運動能力の実態差を補う工夫をしながら運動の場を設定していく。

令和6年度「ふくしまっ子元気大賞」応募票

学校名	学校長名	児童生徒数	学級数	学校所在地
福島県立会津支援学校	猪俣 康彦	223	61	会津若松市一箕町大字鶴賀字下柳原 102

「みんなのパワーをあつめ かがやけ未来！」

○ 体力向上に向けて取り組んでいる元気な様子

体力の向上や姿勢の保持を促す授業 小学部 自立活動「朝の体操」



小学部では、朝に体を動かす時間を取り、基礎体力の向上や、姿勢の保持に必要な運動を行っている学級があります。子ども達の達成感が得られるように、日々の身体の動きの変容を教師と一緒に感じながら、できるようになったことを確認しています。

体力を高めるための授業 中学部 保健体育「10分間走」



中学部では、体育の導入の時間に10分間走を行っています。それぞれが自分のペースで走り、体を動かす心地よさを感じながら取り組んでいます。友達や教師と一緒に決まりを守りながら走り、みんなで体力向上に向けて頑張っています。

身体の動き・持久力を高める授業 高等部 保健体育「スポーツタイム」



高等部では、毎朝「スポーツタイム」を行い、基礎的な運動能力を身に付けられるよう、体づくり運動やダンスなどの身体を動かす活動や、長距離走を取り入れて持久力を高めることに取り組んでいます。また、毎月、種目を変えることで新鮮さを保ち、運動の幅を広げています。さらに、集団での活動を通して、仲間と一緒に目標に向かう気持ちや協力して取り組む姿勢が養われ、自ら学び、考え、行動する力が身に付いてきています。

○ 体力向上に向けた『学校自慢』

本校は、小学部、中学部、高等部合わせて223名の児童生徒が在籍しています。小学部から高等部まで日々運動を取り入れ、児童生徒の健康維持や体力向上に向けた授業を行っています。運動による体力の向上に加え、小学部では達成感を味わうことで自信をもてるようにすること、中学部では他者を意識しながら学習に取り組めるようにすること、高等部では仲間とともに目標達成に向けた思考や助け合うことを促し、自ら学び、考え、行動する力を身に付けることを狙い、段階に応じた指導を行っています。

令和6年度 ふくしまっ子健康マネジメントプラン事業
体力の向上に向けて特色ある取組を実践している
「ふくしまっ子元気大賞」 受賞校一覧

校 種	地 区	学 校 名	テ ー マ
小 学 校	県北	二本松市立渋川小学校	自分で作ろう健康な身体！ ～渋川小学校 健康増進プロジェクト～
	県中	郡山市立小泉小学校	こえろ！今までの自分 小泉五リンピック2024 ～教育活動全体で行う体づくり・健康づくり・生活習慣づくり～
	県南	白河市立小野田小学校	元気な小野田っ子!! ～心身ともにたくましい体づくり～
	相双	南相馬市立小高小学校	小高 プライド。 ～やれば伸びる どんどんチャレンジ 小高の子～
	いわき	いわき市立江名小学校	「Dream(夢)、Challenge(挑戦)、Confidence(自信)」の実現に向けて ～夢を抱き、果敢に挑戦し、自信を獲得する児童の姿を目指して～
中 学 校	相双	富岡町立富岡中学校	「連携を生かした体力向上」と「自分手帳を活用した授業の充実」
	いわき	いわき市立三和中学校	未来(生涯スポーツ)のために 「健康ATM、貯筋ダブルアップ(体力・健康)チャレンジ!!」
義 務 学 校 教 育	会津	会津若松市立河東学園	「かわわん」と目指せ！体力アップ
高 等 学 校	県中	福島県立田村高等学校	田高体操で心も体もリフレッシュ!!
特 別 学 校 支 援	会津	福島県立会津支援学校	「みんなのパワーをあつめ かがやけ未来！」



酪王協同乳業㈱
代表取締役社長

教育長 健康教育課長

令和6年度 ふくしまっ子健康マネジメントプラン事業
体力の向上に顕著な成果が認められる

「ふくしまっ子体力向上優秀校」受賞校一覧

種別	校 種	部 門	地 区	学 校 名
優 秀 校	小学校	12学級 以上	県中	郡山市立橘小学校
			県南	西郷村立熊倉小学校
			県南	塙町立塙小学校
			会津	猪苗代町立猪苗代小学校
			会津	会津美里町立高田小学校
		11学級 以下	県北	桑折町立睦合小学校
			県北	桑折町立伊達崎小学校
			県南	矢吹町立三神小学校
			南会津	只見町立明和小学校
			相双	南相馬市立高平小学校
	中学校	12学級 以上	県中	郡山市立郡山第一中学校
			県中	郡山市立郡山第二中学校
			県北	福島市立岳陽中学校
		11学級 以下	県中	須賀川市立岩瀬中学校
			会津	猪苗代町立猪苗代中学校
			会津	北塩原村立裏磐梯中学校
高等学校	県中	福島県立郡山高等学校		
	会津	福島県立会津高等学校		
特別賞	小学校	いわき	いわき市立藤原小学校	
	中学校	会津	会津美里町立高田中学校	



令和6年度ふくしまっ子健康マネジメントプラン事業
「みんなで跳ぼう！なわとびコンテスト」 上位(第1位)クラス一覧

【小学校の部】

部門	学年	地 区	学 校 ・ ク ラ ス 名	
9人以下	1	会 津	磐梯町立磐梯第二小学校	第 1 学 年
	2	県 南	鮫川村立鮫川小学校	第 2 学 年
	3	会 津	磐梯町立磐梯第二小学校	第 3 学 年
	4	県 中	須賀川市立小塩江小学校	第 2 ・ 3 ・ 4 学 年
	5	相 双	川内村立川内小中学園	第 5 学 年
	6	県 中	須賀川市立小塩江小学校	第 5 ・ 6 学 年
10人 ～ 25人	1	県 南	白河市立関辺小学校	第 1 学 年
	2	県 南	白河市立関辺小学校	第 2 学 年
	3	県 南	白河市立関辺小学校	第 3 学 年
	4	県 南	泉崎村立泉崎第一小学校	第 4 学 年
	5	会 津	磐梯町立磐梯第一小学校	第 5 学 年
	6	県 南	泉崎村立泉崎第一小学校	第 6 学 年 1 組
26人 以上	1	県 南	塙町立塙小学校	第 1 学 年 1 組
	2	県 中	石川町立石川小学校	第 2 学 年 3 組
	3	県 北	本宮市立本宮小学校	第 3 学 年 1 組
	4	県 南	白河市立白河第三小学校	第 4 学 年 1 組
	5	いわき	いわき市立平第一小学校	第 5 学 年 2 組
	6	いわき	いわき市立錦小学校	第 6 学 年 2 組

【中学校の部】

部門	学年	地 区	学 校 ・ ク ラ ス 名	
9人以下	1	県 中	須賀川市立小塩江中学校	第 1 学 年
	2	県 中	須賀川市立小塩江中学校	第 2 学 年
	3	県 中	須賀川市立小塩江中学校	第 3 学 年
	部活動	県 北	本宮市立白沢中学校	野 球 部
10人 ～ 25人	1	県 中	須賀川市立長沼中学校	第 1 学 年 1 組
	2	南会津	南会津町立南会津中学校	第 2 学 年
	3	南会津	南会津町立南会津中学校	第 3 学 年
	部活動	県 中	田村市立常葉中学校	バレーボール部
26人 以上	1	県 中	石川町立石川中学校	第 1 学 年 2 組
	2	県 中	須賀川市立長沼中学校	第 2 学 年 1 組
	3	県 中	石川町立石川中学校	第 3 学 年 1 組
	部活動	県 中	田村市立船引中学校	特設陸上競技部



小学校の部(9人以下、10人～25人)



小学校の部(26人以上)



中学校の部

令和6年度 ふくしまっ子健康マネジメントプラン事業
「食育推進優秀校表彰」受賞校一覧

1 最優秀賞（1校）

地区	学校名	主題名
県中	三春町立中郷小学校	輝く子どもを目指す食育推進実践

2 優秀賞（4校）

地区	学校・団体名	主題名
県中	小野町給食センター	生涯にわたって健康で生き生きとした生活を送ることができる子どもの育成 ～「食に関する指導に係る全体計画」に沿った食育の推進について～
県南	白河市立小野田小学校	人生100年時代を生きぬく望ましい食習慣の形成 ～教育活動全体で行う食育をととして～
会津	磐梯町立磐梯第一小学校	みんなつながるドリーム&チャレンジ！ ～学校・家庭・地域が連携した食育活動の記録(二年次)～
相双	南相馬市立上真野小学校	望ましい食習慣の形成を目指して ～学校・家庭・地域が連携した食育体験活動を通して～



ふくしまっ子
健康マネジメントプラン事業

ふくしまっ子 元気大賞 Book [2024]

