令和５年度「しまねっ子！元気アップ・カーニバル」開催校園の紹介

「しまねっ子！元気アップ・カーニバル」は、「しまねっ子！元気アップソング＆ダンス」や、柔軟運動、また短縄、長縄やボール等を使った「しまねっ子！元気アップ・プログラム」の15種目の中から好きな数種目を選択して異学年・同学年の友だちと一緒に仲良く楽しんで運動する集会活動です。15種類の運動種目には、島根県の地名にちなんだ名前が付けられています。

以下はこの集会活動を開催した小学校及び幼稚園の紹介です。友だちと声をかけ合う姿、助け合いながら記録の向上を目指す姿、運動することに夢中になって楽しんでいる姿など、さまざまな子どもたちの姿が見られます。

なお、カーニバル開催校には株式会社ローソンの協力により運動用具等が贈られました。

◆第27回◆　吉賀町立柿木小学校　全校　48名
開催日：２月７日（水）

柿木小学校では、毎年冬に縄跳びをテーマとして、「元気アップ・プログラム」に関連した運動を全校で行っており、今回のカーニバルでは、柔軟運動、短縄（持久跳び、自分跳び）、長縄８の字跳びを行いました。

回数や時間を競うのではなく、目標とする回数や時間にチャレンジする形にしたことで、互いを応援する雰囲気が生まれ、運動の楽しさを味わいやすくすることができました。

児童の感想には、今後の目標や上学年への憧れなど肯定的な振り返りが多く、次につながるものと期待しています。

◆第26回◆　松江市立竹矢小学校　全校　314名
開催日：２月６日（火）

竹矢小学校のカーニバルでは、全校で「松江城忍者８の字跳び」に挑戦しました。色別対抗で、学年ごとに１分間に跳んだ回数を記録し、全学年の合計回数で競いました。

学年が上がるにつれて、縄への入り方や跳び方のレベルに高まりが見られ、回数も増えていくため見応えがあり、学年ごとの結果発表では、その都度歓声が上がるなど、全校でドキドキ感を楽しむことができました。

最後には、5、６年生による短縄の模範演技の披露があり、その本気で取り組む姿に周りから温かい拍手が贈られました。

◆第 25 回◆　出雲市立平田小学校　1、2 年生、4～6 年生 307 名
開催日：1 月 31 日（水）

『みんなでぴょんぴょんとんで No.1 をつかみとれ！』のスローガンのもと、全校を午前と午後に分けて、「はすだっこなわとび集会」として、カーニバルを行いました。子どもたちは本番に向けて、目的意識をもって練習を重ねてきました。
本番では、短縄で練習の成果を発揮しようと集中する姿や、クラス対抗の 8 の字跳びの際に、円陣を組んだり声を掛け合ったりと、チームで一体となって臨む姿があり、このような姿が結果として技能の向上にもつながりました。今後も運動の楽しさを味わえる経験を積み重ねてほしいと思います。

◆第 24 回◆　雲南市立海潮小学校　全校　58 名
開催日：1 月 31 日（水）

海潮小学校のカーニバルは、今年度も「縄リンピック」で練習の成果を発表する場となりました。事前に縄跳びカードの取組やチーム練習などを行ったことで、子どもたちは見通しをもち、意欲を高めて本番に臨むことができました。
青組 VS 赤組という「チーム戦」の意識を高める得点掲示の演出や、組を問わず頑張った仲間を拍手で称える姿など、子どもも大人も一緒に運動を楽しむ雰囲気が感じられた時間となりました。この経験を生かし、今後も様々な運動に楽しく取り組みながら、体力向上につなげてほしいと思います。

◆第 23 回◆　出雲市立長浜小学校　2、4、6 年生　171 名
開催日：1 月 30 日（火）

長浜小学校では、なわとび集会と併せてカーニバルを開催し、日々の体育学習の成果を発表する機会としています。
大勢が見守る中での演技に緊張を感じながらも、成果を発表するには絶好の舞台であり、一人一人が堂々と、楽しそうに跳ぶ姿はとてもいきいきとしていました。
終盤には、恒例となっている「なわとび名人と勝負！」が行われ、名人も挑戦者も本気になって跳ぶ姿に大きな拍手と賞賛の声が贈られ、集会の盛り上がりは最高潮となりました。
今後もこうした機会が継続していくことを期待しています。

◆第 22 回◆　松江市立大野小学校　全校　27 名
開催日：1 月 30 日（火）

大野小学校では、今年から元気アップ・プログラムの取組をスタートし、カーニバルではドジョウすくい柔軟運動、石見銀山間歩フープくぐり、思いやりの対面パスを行いました。
取り組みやすさや、得点化により、楽しみながらも熱心に運動する姿や励まし合う姿が多く見られ、良い交流の場にもなりました。カーニバルが終わっても、より高い点数を取るために、日常的に柔軟運動に取り組む姿があるようです。
このカーニバルをきっかけとし、他の運動種目にも挑戦し、継続的な取組につなげていってほしいと思います。

◆第 21 回◆　出雲市立北浜小学校　全校　17 名
開催日：1 月 29 日（月）

北浜小学校では、校内なわとび大会に合わせて、初めての元気アップカーニバルを開催しました。短縄では、全員が参加する持久跳びや、1 人 3 種目までエントリーできる個人種目に、長縄では、色別対抗で 1 分間の回数を競う 8 の字跳びに挑戦し、応援の声や拍手、歓声で盛り上がりました。
「楽しく元気アップ！」を意識しながら一人一人が目標をもって取り組んだことで、体育授業との相乗効果により、技能の向上をより実感し、満足感を得られたようです。今後も取組を継続し、運動の楽しさを味わってほしいと思います。

◆第 20 回◆　出雲市立西野幼稚園　年中児、年長児　32 名
開催日：12 月 12 日（火）

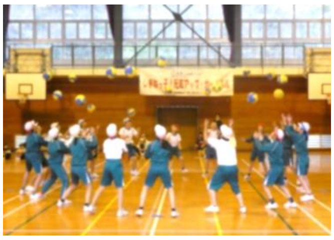
西野幼稚園の元気な園児の皆さんと一緒に、柔軟運動をはじめ、縄やボールを使った運動遊びなどを楽しみました。
準備運動では、リズムに合わせて両足ジャンプをする遊びに挑戦しました。前後左右に移動する動きをすぐにマスターし、途中からは手をつないで元気よく声を出しながら、みんなで楽しみました。その後に行った短縄跳びでは、誰もが自信をもって前跳びやかけ足跳びなどをする姿があり、練習の積み重ねを感じるとともに、一人一人が輝いて見えました。
これからも、様々な運動遊びを楽しんでほしいと思います。

◆第 19 回◆　出雲市立神西小学校　1 年生　33 名
開催日：12 月 5 日（火）

1 年生 33 名がこのカーニバルを目標に、個人や学級の記録更新に向けて 4 つの運動（マラソン、柔軟運動、ブリッジ、8 の字跳び）に取り組んできました。

マラソンでは、休み時間に進んで走って力をつけたことで、決められた時間を自分のペースで走りきることができました。また、柔軟運動やブリッジは、「神西小ストレッチ」として継続的に取り組んでいることもあり、その成果に自信をもっている児童が多く見られました。今後も運動を継続し、運動の日常化の価値を 1 年生から全校に広めてほしいと思います。

◆第 18 回◆　出雲市立須佐小学校　全校　69 名
開催日：12 月 1 日（金）



須佐小学校では、元気アップ・プログラムの中から学年ごとに挑戦する種目を決め、2 週間取り組んできた練習の成果を試す「本番」としてカーニバルを行いました。

1、2 年生の 8 の字跳び、3～5 年生の長縄ジャンプでは、クラスで団結して気持ちを一つに取り組む様子がお互いへの良い刺激となっていたように感じました。また、6 年生の「水産浜田とびうおキャッチ」は、18 名での息の合った動きに誰もが注目し、大きな拍手が贈られました。1 月の縄跳び大会でも、運動の楽しさを味わってほしいと思います。

◆第 17 回◆　安来市立母里小学校　3～6 年生　44 名
開催日：11 月 29 日（水）

母里小学校では、2 学年ずつに分かれて異学年グループを編成し、柔軟運動と 3 つの運動（牛突き かべ突きパス、対面パス、みんなでジャンプ）に挑戦しました。

3、4 年生、5、6 年生の両方で、上学年が動きのモデルとなり、優しく声を掛けながら取り組む姿が見られ、何度も繰り返すうちに、息の合った動きへと高まっていきました。

児童の振り返りには、目標の達成状況だけでなく、元気に運動ができたこと、みんなの笑顔が見られたことを喜ぶ内容があり、充実した時間になったことが分かりました。

◆第 16 回◆　安来市立赤屋小学校　全校　23 名
開催日：11 月 28 日（火）

カーニバルでは、全校児童が集まり、他学級の友達と協力したり声を掛け合ったりしながら３つの運動（柔軟運動、対面パス、大玉ドッジボール）を楽しみました。

運動をしながら自分の体や動きを周りの友達と比較することで、柔軟性の違いに気付いたり、友達の動きをもとに自分の動きを工夫したりする姿が見られ、お互いに良い刺激を与え合っていることが分かりました。

今後も、内容によっては全校での活動とするなど、運動形態を工夫しながら様々な運動を楽しんでほしいと思います。

◆第 15 回◆　邑南町立市木小学校　全校　10 名
開催日：11 月 24 日（金）

この日のカーニバルでは、準備運動のバランス体操から始まり、元気アッププログラムの４種目（マラソン、対面パス、とびうおキャッチ、忍者８の字跳び）に挑戦しました。

「江の川マラソン」では、一人一人が自分のペースで３分間を気持ちよく走りきることができました。

他の種目では、これまでの記録をもとに目標を立て、相手に合わせた動きや声かけを意識して、協力しながら取り組むことで、成功を喜びながら、運動を楽しむことができました。運動をする楽しさを今後も多く味わってほしいと思います。

◆第 14 回◆　松江市立恵曇小学校　全校　56 名
開催日：11 月 22 日（水）

太陽委員会で計画・準備した「奥いずもおろち みんなでジャンプ」など５種目の運動をワークショップ形式で行い、全校みんなで時間いっぱい活動に取り組みました。

ワークシートを持って、汗びっしょりになりながら、選んだ種目に笑顔で何度も挑戦しました。振り返りの時間では、「とても楽しかった」等の感想が出され、この活動を通して体を動かすことや友達と協力することの楽しさ、達成感を味わうことができました。今後も継続して取組を行ってほしいと思います。

◆第 13 回◆　飯南町立頓原小学校　全校　57 名
開催日：11 月 15 日（水）

縦割り班ごとに、元気アップ・プログラムの６つの種目に挑戦しました。高学年を中心に、全員で成功を喜んだり、仲間を応援したりする姿が体育館のあちこちで見られました。

「出雲ドームブリッジ」や「連続２重跳び」は個々の記録を合算する中で得意な子が苦手な子の記録を補い、協力して成功につなげていました。また、「かべ突きパス」や「とびうおキャッチ」では、苦戦しながらも成功に向けて励まし合いながら試行錯誤する姿が見られました。今後も継続して挑戦することで、全種目クリアをめざしてほしいと思います。

◆第 12 回◆　吉賀町立六日市小学校　全校　91 名
開催日：11 月 8 日（水）

当日は、六日市小学校で長年継続して行われている「みろくマラソン大会」を行いました。今年度は近隣の保育園児や吉賀町ふるさと応援大使の「ごんごんじい」も参加して、盛大にカーニバルが開催されました。

朝活動で約１か月間取り組んだマラソンの成果を発揮する場として、一人一人がゴールを目指し、自分のペースで走りました。天候にも恵まれ、校庭やマラソンコースの沿道に駆けつけてくれた保護者の方々や地域の方々の声援を力に変えて、気持ちよく走りきることができました。

◆第 11 回◆　邑南町立高原小学校　全校　40 名
開催日：10 月 24 日（火）

カーニバルでは、元気アップ・プログラムの３種目（柔軟運動、対面パス、長縄ジャンプ）とダンスを行いました。

作戦会議の時間を設けたり、高学年がお手本を見せたりすることで、誰もが挑戦意欲を高めながら取り組みました。

また、高原小学校では、毎年１、２年生が運動会で元気アップ・ダンスを披露しているため、誰もが動きをマスターしています。この日のカーニバルの締めくくりとして行った、全校児童が迷いのない動きと元気いっぱいのかけ声で踊った「しまねっ子！元気アップ・ダンス」は、まさに圧巻でした。

◆第 10 回◆　大田市立朝波小学校　全校　64 名
開催日：10 月 23 日（月）

カーニバルに向けて、縦割り班ごとに高学年を中心に練習を行ってきました。当日は、生活委員の皆さんの進行で、柔軟運動、対面パス、８の字跳びに挑戦しました。
記録の更新を目指すことはもちろんですが、振り返りからは、「頑張れてうれしかった。」「ひっかかったけど楽しくできた」「学年に合わせてやさしいボールを投げる人が多くなった」のように、記録以外でも運動の様々な楽しさを味わえていることが伝わってきました。これからも、運動をすることによるいろんな「よさ」を感じてほしいと思います。

◆第９回◆　大田市立大田小学校　３年生　82 名
開催日：10 月６日（金）

今年度は、３年生が初めてのカーニバルに臨み、学級ごとにローテーションしながら柔軟運動、対面パス、８の字跳びの３種目に挑戦しました。
柔軟運動では、普段あまり行わない開脚やブリッジにも取り組み、お互いを見合いながらリラックスして行いました。
対面パスや８の字跳びでは、運動のこつを伝え合ったり、励まし合ったりしながら楽しく運動したことで、「もっとやりたかった」という声も多く聞かれました。今後も体育や休み時間などを利用して繰り返し取り組んでほしいと思います。

◆第８回◆　雲南市立阿用小学校　全校　50 名
開催日：9 月 28 日（木）

阿用小学校では、しまねっ子！元気アップ・プログラムをもとに阿用小バージョンを作成し、業間休み等の時間を使い、全校で継続的に体力づくりに取り組んでいます。
当日は、体育館で３分間の短縄持久跳びを行いました。各自が事前に目標を決めることにより、短時間ではありますが、ＢＧＭが流れている間、集中して元気よく跳び続けることができました。
これからも、様々な季節や行事に合わせて、多様な運動に取り組み、楽しく体力づくりを行ってほしいと思います。

◆第７回◆　奥出雲町立八川小学校　全校　54 名
開催日：9 月 21 日（木）

健康体育委員会の皆さんの進行で、全校縦割り班に分かれて、柔軟、逆立ち、対面パスの 3 つの種目に取り組みました。
種目ごとに得意な子が活躍したり、アドバイスを受けて動きがよくなったりと、学年に関わらずお互いに良い刺激を与え合える機会となりました。
「島根県民思いやり対面パス」では、前後半の間に話し合いの時間を設けたことで、チームの課題をみんなで解決することにつながりました。今後も継続的に取り組む中で、運動の様々な楽しさを感じていってほしいと思います。

◆第６回◆　出雲市立中部幼稚園　年長児　21 名
開催日：9 月 11 日（月）

中部幼稚園の年長児の皆さんは、元気アップ・プログラムの運動を易しい動きにアレンジして、毎日楽しく取り組んでこられました。
この日は 4 つの種目に挑戦しましたが、長い距離を諦めずに走ったり、柔軟やブリッジに繰り返し挑戦したりと、気持ちよく体を動かすことができました。「石見銀山間歩フープくぐり」では、この日初めて成功した子や 2 回続けてくぐれた子もおり、みんなで喜び、盛り上がりました。今後もいろんな動きを取り入れた遊びを、続けてほしいと思います。

◆第５回◆　大田市立高山小学校　全校　32 名
開催日：9 月 5 日（火）

元気アップ・ダンスから始まったカーニバルでは、縦割りの高山っ子班で 4 種目に挑戦しました。高山小独自の「やる気まんまんプログラム」でも同じ運動に取り組んでおり、記録の伸びを実感して達成感を得るなど、みんなと運動したりチャレンジしたりする楽しさを味わうことができていました。
「みんなと運動するって楽しいな」「がんばって体力をつけたい」「私はできるんだ」といった児童の皆さんの振り返りからは、「楽しむ」「仲間」「体力」を意識して取り組んでいることが伝わってきました。

◆第４回◆　松江市立意東幼稚園　年中児、年長児　31 名

開催日：7 月 14 日（金）

園児の皆さんは、カーニバルで行う３つの運動遊びを事前に体験しており、当日はとても張り切って臨みました。

先生方が子どもの実態を踏まえて場づくりをしたり、大縄を跳びやすいように回したりすることで、子どもたちは、「できた」「上手になってきた」と感じながら、終始楽しく遊ぶことができていました。自分のペースで、安心して身体を動かすことできると、「またやりたい」「もっとやりたい」にもつながります。このカーニバルのような、いろんな動きを取り入れた遊びを、これからも続けてほしいと思います。

◆第３回◆　邑南町立日貫小学校　全校　10 名

開催日：6 月 28 日（水）

昨年度のカーニバルでも行った「しまねっ子！元気アップ・ダンス」や「水産浜田 とびうおキャッチ」に今年度も再びチャレンジしました。

元気アップ・ダンスは、お手本の動きを見ると記憶がよみがえり、自然と笑顔がこぼれていました。児童の皆さんも先生方も心を解放し、ノリノリで楽しく踊ることができました。

とびうおキャッチでは、繰り返し挑戦することでこつを掴み、最後は２グループとも見事に成功しました。今後も継続的に取り組み、成功の感覚を体で覚えてほしいと思います。

◆第２回◆　出雲市立中央幼稚園　年長児　22 名

開催日：6 月 22 日（木）

「楽しく、仲良く、元気アップ」を合い言葉に、体を動かすことが大好きな園児の皆さんと一緒に、楽しく運動遊びを行いました。

柔軟運動の後、全員で手をつないで輪になり、リズムに合わせた両足ジャンプに挑戦しました。元気よく声を出しながら、前後左右に移動する動きを楽しみました。次に行った長縄遊びでも、声に合わせてタイミングよく縄を跳び越えることに挑戦し、少しずつ感覚を掴んでいきました。

今後もぜひ、継続して遊びに取り入れてほしいと思います。

◆第１回◆　出雲市立荒木幼稚園　年中児、年長児　24 名
開催日：６月 19 日（月）

幼稚園で初めて開催するカーニバルで、元気いっぱいの園児の皆さんと、「元気、元気、元気アップ！」を合い言葉に楽しく運動に取り組みました。

「ドジョウすくい３種目柔軟運動」では、各種目の点数を意識し、自分の得点を声に出しながら笑顔で柔軟に取り組む姿が見られました。

短縄を使った遊びでは、その場でのジャンプや縄を回す動きを練習した後に、「縄を回す→ジャンプする」を組み合わせたり、前に進みながら縄を跳んだりして楽しみました。