

令和7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16回◆ 出雲市立西野幼稚園 年長・年中児 33名 開催日：12月22日（月）

昨年度に続き、通算3回目の実施となりました。『ドジョウすくい3種目柔軟運動』では、各自でできそうなところを目標にして前屈に取り組み、年中児も年少児も日頃から継続して親しんでいる様子が見られました。続いての長縄では、通り抜けや一回跳んで抜けるなど、段階的に取り組むことで「できた！」という喜びを感じている様子でした。苦手な子も、先生の励ましやサポートのおかげで運動に向かうことができていました。最後のボール遊びでは、発達や能力に応じて、高さやキャッチの仕方を変えながら投げ上げや対面パスをしました。これからも、スマールステップで「できた」をたくさん積み重ねながら「もっとやってみたい」という運動への意欲をさらに高め、友達と楽しく関わりながら体を動かして「体も心も元気アップ！」していってほしいと思います。



◆第15回◆ 松江市立恵曇小学校 全校児童 52名 開催日：12月8日（月）

今年も太陽委員会（児童会）が運動種目やルールを考案し、ワークショップ形式の縦割り活動を行いました。『ドジョウすくい3種目柔軟体操』の3つのステップを3か所に分け、1つ1つの柔軟運動に丁寧に取り組んだり、『水産浜田とびうおキャッチ』を班のみんなで行ったりと、楽しみながら何度もチャレンジできるような工夫がなされていました。近年の課題である「握力」へのアプローチとして「肋木ぶらさがり運動」が新設されました。終わりの会では、「とても楽しかった」「もっと運動したい」という感想や太陽委員会への感謝の気持ちなどがたくさん発表され、温かな雰囲気に包まれました。活動を通じて友達と協力することの楽しさやできたことへの達成感を味わうことができました。



◆第14回◆ 安来市立母里小学校 全校児童57名

開催日：12月5日（金）

低・中・高学年に分かれての開催でしたが、それぞれの学年でグループごとに目標設定をしてチャレンジする方法を共通して行っていました。『思いやりの対面パス』では、楽しみながら運動に取り組めるように発達段階ごとにルールの工夫がされていました。また、低学年の『奥いすもおろち みんなでジャンプ』の時間は、色々な跳び方を作り出して楽しく跳ぶ時間も設定されており、友達と笑顔で関わって運動していました。6年間を通じて体を動かす楽しさを味わう活動を位置づけ、継続することで技能や運動への肯定感の高まりとなっている様子が伺えました。



◆第13回◆ 出雲市立中部小学校 1年生65名

開催日：11月27日（木）

返事も元気いっぱい、笑顔もいっぱいの1年生。元気アップ・カーニバルの開催に向けて、体育の時間に『ドジョウすくい3種目柔軟体操』等に取り組んできており、体幹が鍛えられたり柔軟性が高まつたりしている成果が見られました。クラス対抗の種



目として取り組んだ『思いやりの対面パス』では、手をしっかりと広げて転がしたボールをキャッチしていました。『石見銀山間歩フープくぐり』も、固定したフープをリレー形式で一生懸命くぐり抜けていました。子どもたちの発達段階に応じてプログラムをアレンジし、教具の工夫もしていました。これからも体を動かす楽しさを味わいながら体づくりに対して前向きに意欲を高めてほしいと思います。

◆第12回◆ 飯南町立頓原小学校 全校児童49名

開催日：11月12日（水）

6つの運動にチャレンジできるように縦割り班ごとに活動に取り組んでいました。上級生が積極的に声をかけて下級生にコツを教えたり、運動ができたり記録向上するとチームのみんなで喜び合ったりする姿が印象的でした。『水産浜田と



びうおキャッチ』では、投げる高さや場所を調整しながらチャレンジしていました。『隠岐の牛突きかべ突きバス』では、壁に当てる高さや勢いを次の人がとりやすいように工夫したりする姿が見られました。会の終了後、「楽しかった」「もっとチャレンジしたい」と、動く心地よさや集う楽しさがさらに高まったことを感じる声がたくさんありました。

◆第11回◆ 安来市立赤屋小学校 全校児童13名

開催日：10月30日（木）

業間休みには、委員会が主催のダンス練習に全校児童も先生方も一緒にノリノリで取り組んでいました。そして、元気アップ・カーニバルでは、3種目にチャレンジしました。まず、『どじょうすくい3種目柔軟運動』に2人組（挑戦者・確認者）で協力して取り組みました。また、『石見銀山間歩フープくぐり』で



は、縦割り班4人組で転がしたフラフープが倒れるまで声を掛け合って素早くくぐりぬけていました。最後の『よどみなく跳ぼう！高津川清流長縄ジャンプ』は両チーム共に、練習で最高記録を飛び、本番の難しさを感じつつも体を動かす心地よさを味わいました。赤屋小学校では、体育の時間の導入に他の種目を少しずつ取り入れ、多様な動きを系統的継続的に身に付ける工夫が見られました。



◆第10回◆ 出雲市立遙堪幼稚園 年長児2名 年中児4名 年少児3名 計9名

開催日：10月20日（月）

日頃からリズム体操を積極的に取り入れており、今月の体操「♪できるかな」「♪昆虫太極拳」でスタートしました。心も体もほぐれた後は、飛行機になりきってケンパやゴムジャン



プなどのサーキット運動をしました。それぞれの実態や意欲に応じて、レベルを変えたり選んだりしながら楽しく運動しました。その後は、ボールを使った柔軟運動や、転がしたり蹴ったりする運動遊びを行いました。できたら褒める、成長したら一緒に喜ぶ先生方の関わりに、子どもたちの意欲はぐんぐん高まり、時間いっぱい運動に親しんでいました。



◆第9回◆ 吉賀町立六日市小学校 全校児童93名

開催日：10月15日（水）

六日市小学校では、毎年2回の“みろくマラソン”を実施しています。今年も、二つの保育所と小学校全児童が一堂に会して実施しました。たくさんの方々に見守られながら、保育園児18名は校庭3週を一生懸命に走り切りました。また、小学生



はロードレースとして、沿道から地域の方々の温かい声援をうけながら走りました。記録更新を目指して一人一人が走り抜け、満足感をもって終えている姿がたくさん見られました。高学年は距離を選択でき、自己の体調や能力に応じた課題決定できるため、個々が無理なく目標に向かって取り組むことで、一人一人が主体的に取り組むための手立てが講じられていました。



◆第8回◆ 松江市立揖屋幼保園 年長児 32名
開催日：10月7日（火）

揖屋幼保園の年中・年長児さんが参加しました。まず、『エビカニクス』で楽しくダンスをして、タオルを使った柔軟運動をしました。柔軟運動の後に「なべなべそこぬけ」を全員で行った際、うまくいかなかったことに対して、「あきらめ



ない！」という言葉が子どもたちから出て、再挑戦しました。成功したときの友だちと喜び合う姿が印象的でした。また、園児のみなさんが考えた「手裏剣マラソン」では、最後まで走りぬく姿が素晴らしいかったです。これからも、成長に合わせたアレンジをしながら、体を動かすことを楽しみ、体づくりに対して意欲を高めてほしいと思います。

◆第7回◆ 邑南町立市木小学校 全校9名
開催日：10月6日（月）

『しまねっ子！元気アップ・ダンス』を踊って、笑顔いっぱいでカーニバルをスタート！柔軟運動やブリッジ、長縄跳び等、どの活動も全力でしなやかに体を動かしている姿に、年間を通じて継続してプログラムに取り組んでいることが伝わりました。『奥いすもおろち みんなでジャンプ』では、みんなで心を1つに頑張りました。下級生と上級生の各チームでもチャレンジし、上級生の上手などび方を目を輝かせて応援する下級生の表情が印象的でした。最後は、全員で躍動感あふれるヒップホップダンスで締めくくりました。これからも体を動かす楽しさを味わいながら体力向上に取り組んでほしいと思います。



◆第6回◆ 出雲市立中部幼稚園 年長児 14名
開催日：9月8日（月）

毎年継続して1学期から色々な運動器具を使って運動に取り組んでいる年長の子どもたち。今回は、『ドジョウすくい3種類柔軟運動』をして、前屈やブリッジに取り組みました。次に、『水産浜田とびうおキヤッチ』や『思いやり対面パス』

で投げ上げたりバウンドさせたりしながら、目と手を協応させてボールを掴む動きに親しみました。繰り返すうちに、どんどん上達してレベルアップしていく子どもたちでした。楽しみながら運動遊びを継続することで、自然と体幹の強化にもつながっていくことでしょう。



◆第5回◆ 出雲市立莊原幼稚園 年長・年中児 27名
開催日：7月11日（金）

今年度も年中・年長児さん中心に参加しました。

まずは「ドジョウすくい！3種目柔軟体操」をしました。長座前屈、開脚しての前屈、ブリッジと、先生からより高いレベルとなるお手本の姿が紹介されるとすぐに「やってみる！」「できた！」という声が



たくさん聞こえました。また、タオルを使った柔軟体操やジャンプ運動などにも取り組みました。さらに、年中児さんと年長児さんの発達段階に合わせたボール運動も行い、それぞれが見合ったり、応援したりする姿が見られました。これからも体を動かす楽しさを味わいながら体づくりに対して前向きに意欲を高めてほしいと思います。

◆第4回◆ 邑南町立日貫小学校 全校児童 7名
開催日：6月13日（金）

元気アップ・カーニバルの開催に向けて、日頃から「元気アップ・ダンス」や「ドジョウすくい3種目柔軟体操」に取り組んできており、体幹が鍛えられたり柔軟性が高まったりしている成果が見られました。「しまねっ子！元気アップ・



ダンス」を今年度から取り入れるなど、1年間を通して少しずつできることを増やしながら、楽しく運動に親しむことを目指しています。「奥出雲おろちみんなでジャンプ」では、チームごとに息を合わせて練習し、跳べる喜びを味わっていました。2学期の運動会でも披露する予定のこと、さらに練習に励んでほしいと思います。

◆第3回◆ 出雲市立中央幼稚園 年長児 19名
開催日：6月6日（金）

今年度も年長児さん中心に参加しました。リズムに合わせて体を動かした後に「ドジョウすくい！3種目柔軟運動」をしました。閉脚や開脚でより高いレベルを目指して、10秒間ずつ取り組みました。ブリッジを初めて行う子もいました



が、回数を重ねると上手に体を持ち上げられるようになりました。「8の字跳び」のアレンジ版としてぐりぬけや1回跳びにもチャレンジ。「対面パス」では相手がキャッチしやすいように優しくパスする姿も見られました。様々な動きを経験することができ、先生方も、幼少期から様々な動きに触れる大切さを感じておられました。

◆第2回◆ 松江市立古江幼稚園 年長・中・少児 6名

開催日：6月5日（木）

昨年度に続いての参加の6名。まずは「神有月！神様大忙しシャトルラン」で、長く走る運動にチャレンジしました。抜きつ抜かれつ、自分のペースで音楽に合わせて楽しく走りました。そして、「ドジョウすくい3種目柔軟運動」のアレンジ版としてお手玉を使った運動をしました。頭や腰に置いて歩いたり、長座で体の周りを転がしたりと、発達年齢に合わせて体幹を鍛えたり柔軟性を高めたりすることが自然に養われる運動でした。最後に、「奥いずも おろちみんなでジャンプ」のアレンジ版として、くぐりぬけ等を行い、できそうな運動を選んで活動に取り組んでいました。カーニバル後は、いきいきした笑顔があふれていた6名でした。



◆第1回◆ 第128回大田市小学校連合運動会

5年生 243名・6年生 244名 合計 487名

開催日：5月23日（金）

昨年度に引き続き、大田市連合運動会の種目に、「しまねっこ！元気アップ・プログラム」を取り入れて開催していただきました。

「松江城忍者8の字とび」にチャレンジしました。

開会式後に行われた「しまねっこ！元気アップ・ダンス」では、音楽に合わせて手足を大きく動かしたり、弾みながら回ったりしながら踊り、校庭にいっぱいに笑顔と元気が広がりました。各学校で練習をしてきた成果が見られ、リズムに合わせて楽しく踊ることができました。

今年度は、5年生「8の字とび」を行いました。2分間で次々と調子よく跳んで合計回数を競いました。また、6年生では今年度から「対面パス」を行い、4メートル離れた相手に早く素早くパスをして回数を競いました。各学年とも、休憩＆作戦タイムでは他校の友達と話し合ったり練習したりして記録向上を目指すなど、各チームで交流を深め、笑顔あふれる時間となりました。

晴天の下、仲間と共に運動の楽しさを味わうことができた素敵な時間となりました。各校に帰ってからも、運動に親しみながら体力向上を目指してほしいと思います。

