Aグループ

千鳥の杜

1

1-① すいみん(8時間)

1-② 食事

1-③ Xディア

1-④ 子でもと遊ぶ(親)

2

2-① 体操(短時間)

2-② 体幹

2-③ 集中力トレーニング

2-④ ストレッチ

子ども達の体力を向上させるために

1 家庭への発信

2 姿勢

3 運動経験(量)

4 授業の充実

3

3-① (学校内での工夫) 場所のかくほ

3-② 五種目歩行

3-③ 遊具・道具の充実

3-④ 一緒にあそぶ

4

4-① 行事の見直し(運動会・陸上・体育大会)

4-② スモールステップで色々な運動をする

4-③ 外部機関の活用(出前授業)

4-④ 運動量の確かくほ

Bグループ

子ども達の体力を向上させるために

1 体つくり

1-①
・体幹を鍛える
姿勢づくり

1-②
時間の確保
中央、こ体操
年齢、こ体操

1-③
生活習慣を整える
睡眠、食事

1-④
家庭での取り組み
体操カード（夏休み）

2 環境づくり

時間、遊具

2-①
遊具を整理
固定遊具
小山
校内を使って
忍者ラント

2-②
教具、用具
・学級の人数分確保
・手作り

2-③
休み時間の確保

2-④
掲示、呼びかけ
委員会の活動

3 授業づくり

3-①
スモールステップで技を教える

3-②
学級経営
・基礎ルールは学校で揃えておくと便利

3-③
伝達講習
若い人、経験者に伝える

3-④
めあてとふりかえり

4 仲間づくり

4-①
全校あそび
たてわりあそび
異学年、異クラス交流

4-②
・イベントづくり

4-③
遊びの紹介
ホッチャ、ダンス
紙ひこうき、紙でっぽう
運動につながる体力あそび

4-④
・地域をまきこんで
昔のあそび教えてもらう
昼休みにボランティア

Cグループ

子ども達の体力を向上させるために

1 体育授業の充実

2 運動の楽しさを感じられるようにする

3 生活習慣を整える

4 運動量の確保

1

1-① 運動の視点を意識させる。

1-② 研修に参加する
↓
学んだことを校内で共有し広げる。

1-③ 教員が模範を示せるようにする…ゴールを示す。
（事前にポイントと教師が理解しておく。）

1-④ 学習環境を整える。
・掲示物
・用具（ICT機器）。
・場（ストラックアウト）。

2

2-① 体を動かして遊ぶ（休み時間）。
（教員も一緒に）

2-② 体を動かす遊び
運動・スポーツの紹介
（中学校の運動部につながるように）

2-③ 委員会活動とタイアップする。
・全校おにごっこ。
・大なわ。 等のイベント。

2-④ 運動が苦手な子も達成感を味わうことができるようにする。
（スモールステップでの課題提示等）

3

3-① 睡眠時間の確保。

3-② メディアチェックシートの活用。

3-③ 保護者への呼びかけ、連携。
↓
メディアに関する授業公開

3-④ スマートフォン PC との関わり。

4

4-① 姿勢体操
・毎日のそうじ後。
・習慣にする。
・全校で取り組む

4-② 体育授業以外の運動の奨励
・カードの活用
（なわとび、マラソン）。
・外遊び・シャトルラン

4-③

4-④

Dグループ

1-① ミニ研修会 小-小、交流 合同体育
1-② 情報共有のしくみ
1
1-③ わたしたちの体育 指導書の活用
1-④

2-① 遊び道具の設置 ジャンプ
2-②
2
2-③ ろう下にケンバリーン ジャンプタッチ
2-④ 体育館にサーキットコースの写真

1 授業改善
環境改善（ハード）2
子ども達の体力を向上させるために
3 地域との連携
4 教科外の体力作り

3-① 地域の方へ体力の現状を伝える
3-② 学校保健委員会の地域住民の参加
3
3-③ 児童クラブ
3-④ スポ少加入のすすめ

4-① マラソン大会
4-② ノー遊具デー
4
4-③ 各種カード
4-④ 体幹トレーニング

Eグループ

子ども達の体力を向上させるために

1

1-①
定期的な取組.
シャトル、マラソン.

1-②
ストレッチの仕方.
(やり方を知る).

1-③
継続.
(アップなど).

1-④
系統的な取組.
(教員の意識)
いつ・どんなかをつなが

2

2-①
道具.
天候に関係なく.

2-②
児童会
委員会.
たてわり班.

2-③
いもをつるす.
ろう下にケンステップ.など.
チャレンジしたくなる.

2-④
学校
学級
)の雰囲気.
やってあたりまえ.

3

3-①
石研修.
・ショートでも.
事例紹介.

3-②
協力.

3-③
教具の紹介.

3-④
ICTの活用
(学園間も).

4

4-①
スモールステップ.
「できそうだ!」
「次はこれをやりたい!」

4-②
自信をつける.
ほめる.

4-③
ファイル.
・自分ののびがわかる.
・次はこういう風になりたい
・児童相一周分.

4-④
発表会.
・すごい!と思えるモデル.
・自分が出る.

1
動ける体.
基礎的な運動能力

2
運動機会.
環境
例時間
など.

3
授業.

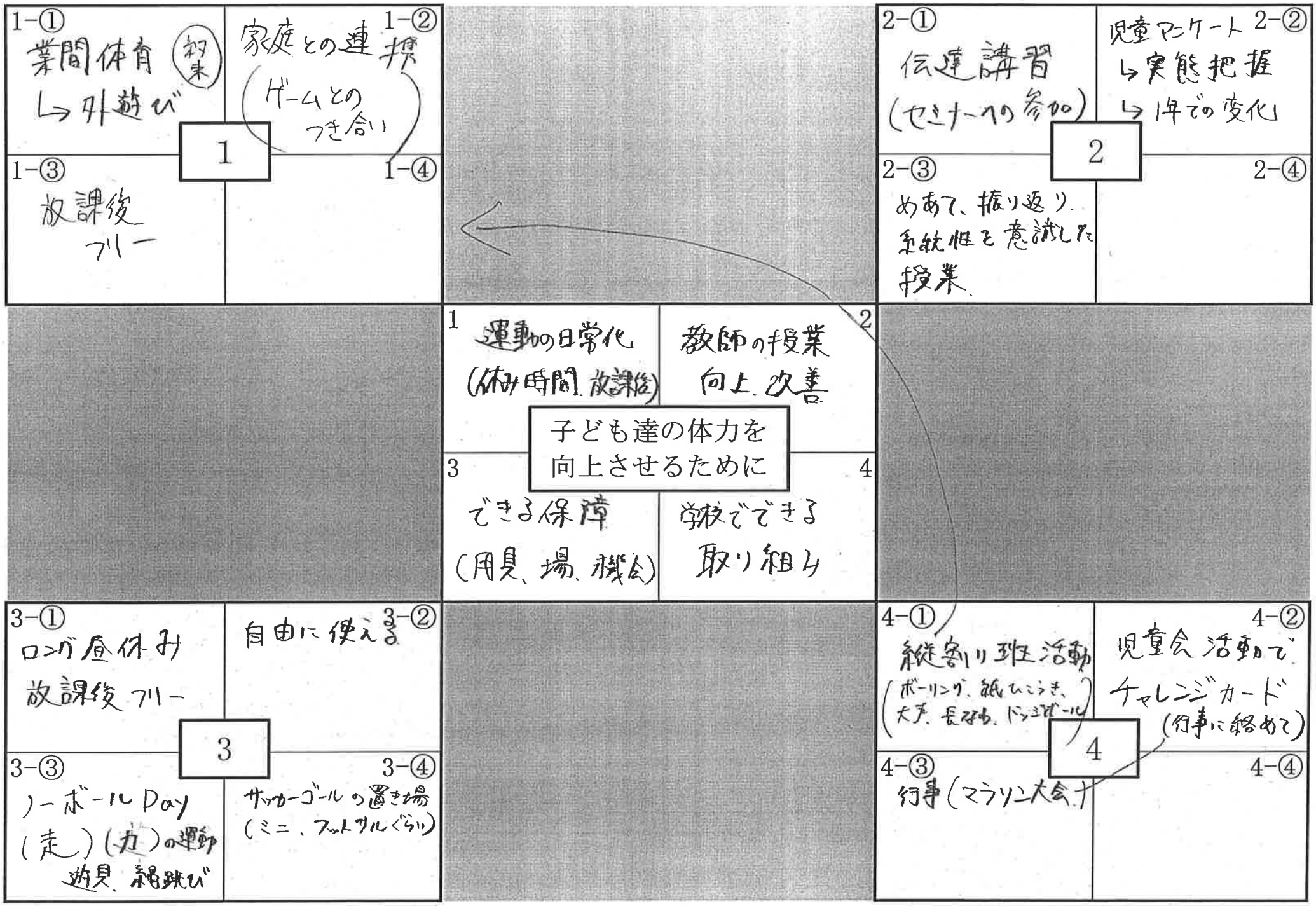
4
意欲
挑戦.

- 自信.
- 習慣.

・持久力
・柔軟性
・筋力
・しなやかな
好きになる意欲.
・苦手克服
・地域、家庭
・体力づくり行事
・石研修
・生活の中でできる

・体育ファイル(6年使える)
・たてわり班運動あそび
体幹向上
・雨でも遊べる場所
・体育の運動量
・体育以外の運動機会
・できる喜び
・授業

Fグループ


1-①
業間体育 (新)
↳外遊び
1-②
家庭との連携
(ゲームとの付き合い)
1
1-③
放課後フリー
1-④
2-①
伝達講習
(セミナーへの参加)
2-②
児童アンケート
↳実態把握
↳1年での変化
2
2-③
めあて、振り返り、系統性を意識した授業
2-④
1
運動の日常化
(休み時間、放課後)
2
教師の授業向上、改善
子ども達の体力を向上させるために
3
できる保障
(用具、場、機会)
4
学校でできる取り組み
3-①
ロング昼休み
放課後フリー
3-②
自由に使える
3
3-③
)ーボールDay
(走)(力)の運動
遊具、縄跳び
3-④
サッカーゴールの置き場
(ミニ、フットサルぐらい)
4-①
縦割り班活動
(ボーリング、紙ひこうき、大玉、長なわ、ドッジボール)
4-②
児童会活動で
チャレンジカード
(行事に絡めて)
4
4-③
行事(マラソン大会)
4-④

Gグループ

1-①
系統性

1-②
帯活動

1-③
授業スタイル

1-④
運動量の確保

1

○帯活動
運動量の確保
伝え合い(ペア)
○計画(系統)
学習カード
実態に合った教材
スモールステップ
ICT
集団づくり

授業の大まかな流れの提示
結果の見える化(自分の伸びがわかる)
授業の実践を見る
単元をそろえる(学年で)→時間の確保

2-①
廊下・空き教室の利用

2-②
校庭のライン

2-③
用具

2-④
縦割り班遊び
(児童会とのつながり)

2

指導力
モチベーション
家庭地域
授業改善
休み時間(自主的)
生活習慣
帯活動
縦割り班
環境・場の設定

授運動
*休憩の時間の取り組み
休み時間の使い方
がんばりカード

1 授業について

休み時間の取組 2

子ども達の体力を
向上させるために

3

環境・場の設定

4

地域との連携
生活習慣

・メディアからのはなれる
・まとまった運動をしてもらう
・生活見直し週間

3-①
廊下・空き教室の利用

3-②
校庭のライン

3-③
用具がすぐ出せるように

3-④

3

校庭のライン(遊びに向かうため)ポイントをうっておく
廊下 空き教室の利用
・用具がすぐ出せる

4-①
生活見直し週間

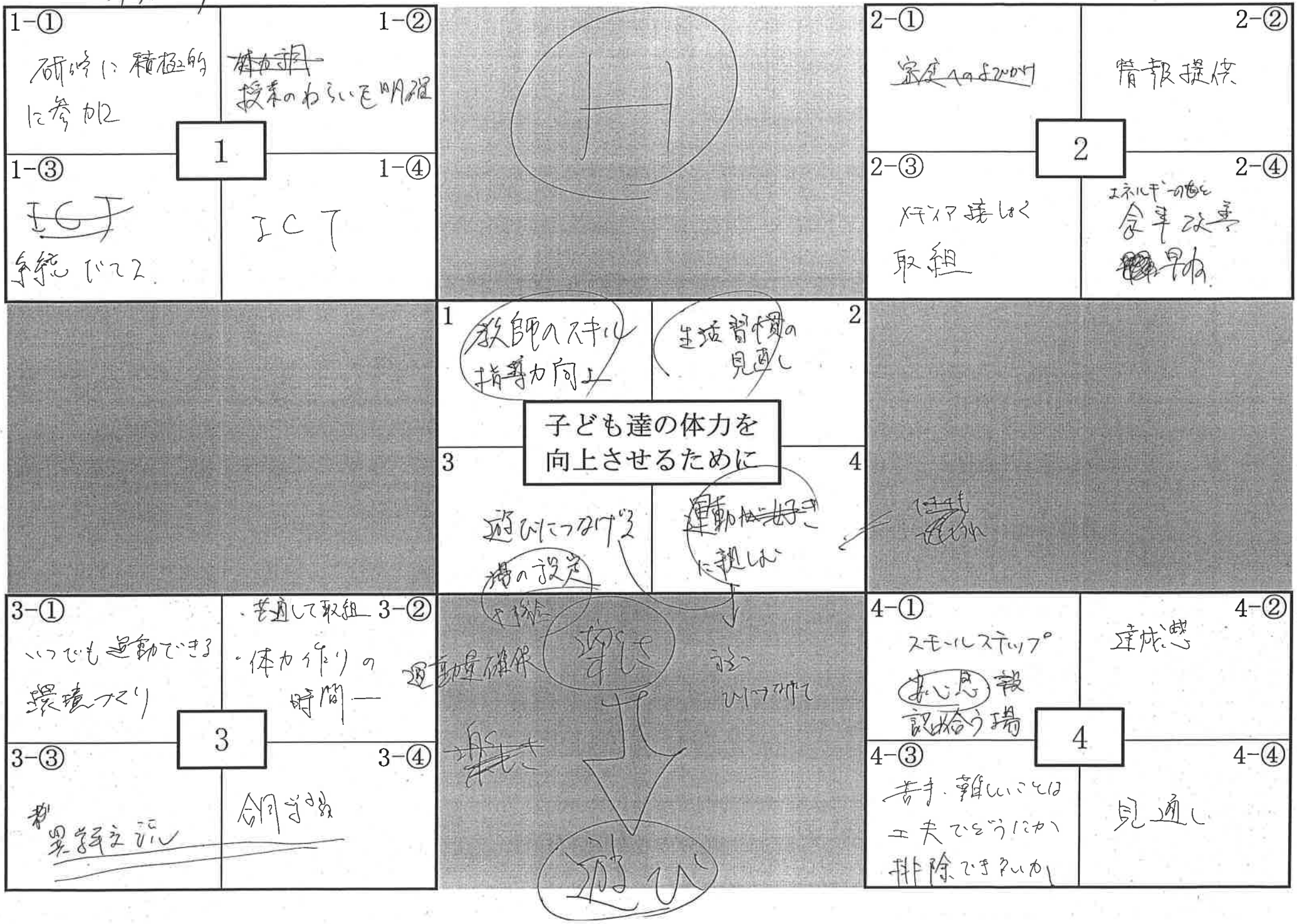
4-②
学校保健委員会
→保護者への啓発
講演会

4-③
体育での取組を
学校だよりやHP
で知らせる

4-④
保幼小連携

4

Hグループ


1-①
研修に積極的に参加
1-②
~~体力調~~
授業のねらいを明確
1
1-③
~~ICT~~
系統だてる
1-④
ICT
2-①
~~家庭への呼びかけ~~
2-②
情報提供
2
2-③
メディア接しかく
取組
2-④
エネルギーの色と
食事改善
~~睡眠~~ 早め
子ども達の体力を向上させるために
1
教師のスキル
指導力向上
2
生活習慣の
見直し
3
遊びにつなげる
場の設定
4
運動に~~好き~~
親しむ
3-①
いつでも運動できる
環境づくり
3-②
・共通して取組
・体力作りの
時間
運動量確保
3
3-③
~~昼~~ 異学年交流
3-④
合同活動
楽しさ
遊び
遊びつながる
4-①
スモールステップ
安心感
認め合う場
4-②
達成感
4
4-③
苦手、難しいことは
工夫でどうにか
排除できないか
4-④
見通し

Iグループ

子ども達の体力を向上させるために

1 体育の授業を充実させる

- 1-① 子どもたちの体力の現状の把握と課題をみつける
- 1-② 課題に向けての取り組み
- 1-③ 研修に参加し教員のスキルアップ
- 1-④ 外部講師の活用

2 体育以外の場面での体力向上

- 2-① 課外活動 バス停 陸上
- 2-② 業間(朝)マラソン & ストレッチ
- 2-③ 休み時間に体を動かしたくなる工夫(場)
- 2-④ 遊びの充実
  - ・教員も参加
  - ・縦わり班の活用
  - ・委員会活用

3 地域、保護者と連携した取り組み

- 3-① 校報や通信をつかって知らせる
- 3-② 参観、行事に参加してもらい一緒に取り組む
- 3-③ 地域の行事への参加
- 3-④ 人材活用
  地域における専門的な技術を…

4 校区連携

- 4-① 情報の交換 親睦
- 4-② 教材の共有
- 4-③ 研究
- 4-④ 大会、陸上・バス停等

(J) グループ

1-①
実態に合った
授業づくり

1-②
体育の授業から
他の時間に広げる
(休み時間など)

1

1-③

1-④

2-①
学期に1度の
マラソン大会

2-②

2

2-③

2-④

1
授業

2
全校のイベント

子ども達の体力を
向上させるために

3
校外との連携

4
環境

3-①
元気アップ・プログラム
の活用

3-②
中学校との連携

3

3-③
保育所との連携

3-④
地域への呼びかけ

- 授業 正
- 家庭 校外 下
- 全校(休み) 正
- 環境 下
- 健康
- 小中連携
- 昔手知る 下
  実態
- 運動する

4-①
運動がしたくなる
場づくり

4-②

4

4-③

4-④