

空知どさん子元気アップチャレンジ
～冬期間の屋外における体力・運動能力向上に向けた取組～

奈井江町立奈井江小学校

「子ども朝活事業」での体力向上の取組



【雪だるまづくりの様子】



【そり遊びの様子】



【雪中サッカーの様子】



【列車ごっこの様子】

「子ども朝活事業」の一環として、冬期休業中の3日間、1時間程度、屋外で雪上サッカーやそり遊び、雪だるまづくりなど、児童が内容を考え、楽しみながら運動に取り組みました。

「子ども朝活事業」は、学校と教育委員会が主催し、冬期休業中の規則正しい生活習慣の形成を目的とした活動であり、毎日50人程度の児童が参加しました。

空知どさん子元気アップチャレンジ
～冬期間の屋外における体力・運動能力向上に向けた取組～

浦臼町立浦臼小学校

休み時間を活用した雪中ラグビーの取組



【雪中ラグビーの様子】

冬期間の運動に親しむ取組として、体育科で行っている「タグラグビー」と関連のある運動として、雪中ラグビーを休み時間を活用し、第4学年の児童全員で行いました。

児童は、体育科で身に付けた動きを生かしたり、屋外で思いっきり走ったりして、楽しみながら取り組むことができました。

空知どさん子元気アップチャレンジ
～冬期間の屋外における体力・運動能力向上に向けた取組～

美唄市立中央小学校

休み時間に運動機会を確保する取組



【雪かきの様子】



【そり遊びの様子】

冬期間の運動機会を確保する取組として、特別支援学級に在籍する児童全員で、休み時間に校庭の雪かきやそり遊びを行いました。

雪かきでは、先生方からお礼を言われることで、達成感を感じ、「またやりたい」と思う児童が増えるなど、屋外で体を動かすことへの意欲を高めることができました。

そり遊びでは、通常の学級に在籍する児童も一緒になり、楽しみながら体を動かすことができました。

空知どさん子元気アップチャレンジ
～冬期間の屋外における体力・運動能力向上に向けた取組～

美唄市立南美唄小学校

雪に親しむ取組～一人1個雪だるまづくり～



【完成した雪だるま】



【雪だるまづくりの様子】

雪に親しむ活動として、一人1個の雪だるまを作りました。
雪だるまの大きさや顔などは児童が自由に考えて取り組み、完成した雪だるまを互いに見合うことで、身近な自然を利用して、楽しみながら雪遊びをすることができました。

空知どさん子元気アップチャレンジ
～冬期間の屋外における体力・運動能力向上に向けた取組～

美唄市立東小学校

体育科におけるスキー学習の取組



【スキー学習の様子】

冬期間の体力向上に係る取組として、第2学年の体育科の授業において、校庭でスキー学習を行いました。

市内のスキー場での学習に向けて、スキー用具の身に付け方や使い方を学んだり、スキーをはいて校庭を歩いたりするなど、体を動かすことを楽しむことができました。

空知どさん子元気アップチャレンジ ～冬期間の屋外における体力・運動能力向上に向けた取組～

芦別市立啓成中学校

全校でのスキー・スノーボード学習の取組



【スキー学習の様子】



【スキー学習の様子】

保健体育科の授業において、市内のスキー場において全校生徒でスキー学習を行いました。

年1回の活動であり、生徒はスキーとスノーボードを選択できたり、一緒に滑るグループを自由に決めたりすることから、意欲的に活動に取り組み、冬期間の体力の向上を図ることができました。

空知どさん子元気アップチャレンジ
～冬期間の屋外における体力・運動能力向上に向けた取組～

滝川市立江陵中学校

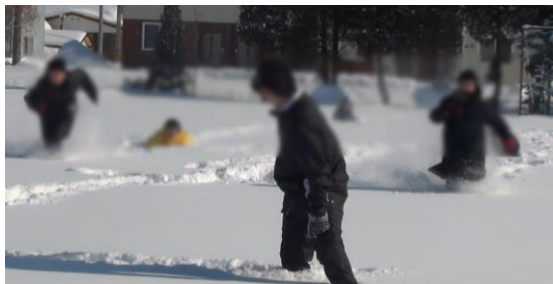
部活動における体力向上に係る取組



【雪をかき分けてフラッグを取りに行く生徒の様子】



【フットワークの練習を行う生徒の様子】



【雪中でリレーをする生徒の様子】

卓球部において、屋内での筋力トレーニングの代わりに、天気の良い日に校庭でスノーフラッグやフットワーク練習、雪中リレーなどの取組を行いました。

生徒たちは、「屋外で体を動かすことができ気持ち良かった」、「筋力トレーニングとして効果的だった」と話していました。