# 高松市立亀阜小学校みねやま分校　体力向上プラン

【学校教育目標】

自らを見つめ、自立に向けて努力する児童生徒の育成

**【現状】**

○　みねやま分校は香川県立斯道学園入所児童の学校教育の充実をめざして、平成 28 年4月に開校した。斯道学園に入所している生徒は、様々な背景や要因を抱え、生活習慣が乱れていた生徒も多い。また、運動習慣が身に付いておらず、入所後の体育活動に抵抗を示す者も少なくない。

○　野球・ソフトテニス・マラソンについては、四国大会に向けて真剣に取り組むことができており、体力の向上と各種目の技術力向上を図ることができている。

○　毎朝ラジオ体操第１・第２を行い、規則正しい生活習慣を確立することができている。

**【本校の課題】**

○　原籍校に在籍した時に、運動する習慣が確立されていなかった生徒が多く、走る・投げる・飛ぶといった運動の基本動作がぎこちないこともある。また１つの種目や課題に集中して取り組むことが難しく、継続して活動していくことも課題の１つである。

**斯道学園との連携による体力向上に向けた取り組み**

【基本的な生活習慣の確立】

○　起床、就寝時刻の徹底、朝昼夕に栄養バランスの取れた食事を残さずきちんと食べる。

○　余暇や毎日の自習時間の確保など、規則正しい生活を送る。

○　挨拶、敬語などの言葉づかい、時と場に応じた礼儀を日々の生活の中で学ぶ。

○　毎朝のラジオ体操を真剣に取り組む。

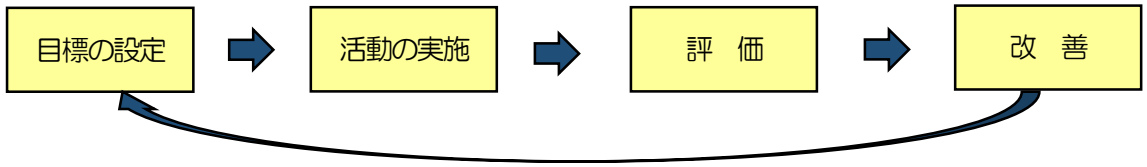
【体育活動の実施】

○　野球（男子）
- 河川敷運動公園までの往復ランニング
- キャッチボール、ノック、紅白戦

○　ソフトテニス（女子）
- 素振り、乱打、ストローク、サーブ練習
- ダブルス・シングルスの試合形式

○　マラソン（男女）
- 峰山公園や奥の池までのランニング、インターバル走、ダッシュ

○　ソフトバレー・バドミントン(男女)
- 生徒、職員合同でチームを作り、レクレーションを行う。




※一人一人が具体的な目標をもって運動に取り組み、ＰＤＣＡサイクルによって活動の充実を図る。

**【目標】**

○　一人一人が目標を持って、主体的に運動にかかわり、体力の向上を図る。

○　野球大会、テニス大会、マラソン大会で優勝を目指して練習するとともに、心身の成長や仲間との絆を深める。

○　様々なスポーツを経験し、生涯にわたってスポーツに関わろうとする態度を育てる。