

永田台小学校体力向上プランについて

若葉の美しいこの頃、保護者の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、本校では、昨年度より体力向上プランを実施することとなりました。横浜市の重点施策である体力健康向上計画に向けて、本校独自の体力向上プランを下記の通り実施いたします。つきましては、趣旨をご理解のうえ、ご協力お願いいたします。

記

1. ねらい

- 児童の体力向上や健康の保持増進を図るために、半期を通じてスポーツ（遊び）を体験する機会を設ける。
- 月、水、木曜日の朝15分間、運動に取り組む時間を設け、継続的に運動に取り組み、体力の向上とよりよい身体の使い方を身につける。

2. 実施期間

- ①平成31年 5月20日（月）～ 6月21日（木）→春季運動種目（一年生を除く）
- ②平成31年 10月21日（月）～ 11月21日（木）→秋季運動種目

3. 実施計画

○各ブロック（低・中・高）による取組。

	月	水	木
1週目	5・6年生	1・2年生	3・4年生
2週目	5・6年生	1・2年生	3・4年生
3週目	5・6年生	1・2年生	3・4年生
4週目	5・6年生	1・2年生	3・4年生
5週目	5・6年生	1・2年生	3・4年生

4. 運動時間

- 8:25～8:40

5. 運動種目

- 春季運動種目…ペース走（1年生は発達段階を配慮し、中休みに外遊びを必ず行うこととし、ペース走は行いません。また、雨天時は体育館にて学年で行います。）
- 秋季運動種目…縄跳び

6. その他

- 朝の時間を使用して運動を行いますので、運動の1時間前までには朝食を済ませておけるような起床時間の配慮をよろしくお願いいたします。
- 運動後の汗が気になるようでしたら、着替えを持たせてください。