

(1) 子どもの生きる力の育成

③ 健やかな体の育成

小中学校体力向上プロジェクトの推進

草津市体力向上プログラム ～チャレンジタイム～ ソフトボール投げ

カニカニ投げ

うごきかた

- ① 手に軟手ボールを持ち、横にステップをして投げましょう。
- ② 2人1組でキャッチボールをしましょう。



ポイント！

- 横にステップするとき、2歩目は、前に交差しても後ろに交差してもいいです。
- 自分のやりやすいステップの仕方で行きましょう。
- 右利きの人は左足を、左利きの人は右足を前に出しましょう。
- 投げるときは、肩の上をのけて投げるようにしましょう。

目安の時間 **60秒**

作成：草津市小学校体育連盟・立命館大学スポーツ健康科学部

「草津市チャレンジタイム」プログラム

小学校では、立命館大学の協力を得て作成した、体育の授業数分間でできる短時間運動プログラムを「草津市チャレンジタイム」として各校で実施しています。また、楽しみながら取り組めるダンス運動を取り入れることにより、運動に関心を持ち、継続して取り組むことで、体力の向上を図っています。

中学校では、**スポーツ傷害や正しいトレーニング法、ストレッチについて学ぶための講習会**を行うことにより、スポーツ傷害を予防し、継続してスポーツに親しめるようになることをめざす取組を進めています。



ジュニアスポーツフェスティバル KUSATSU」の実施

運動好きの子どもを育てるとともに、運動を通して、仲間と力を合わせて助け合うことの大切さを学ぶために、市内全小学校6年生が立命館大学で一堂に会し、さまざまなスポーツを体験するなかで、すばらしさを実感する「ジュニアスポーツフェスティバル KUSATSU」を実施しています。



運動部活動への支援の充実



中学校の運動部活動の活性化や生徒の競技力向上を図るため、(公社)草津市スポーツ協会の人材バンク制度「スポーツリーダーバンク」を活用し、登録された指導者が、中学校の運動部活動で顧問の教員の下で指導する「**中学校運動部活動支援事業**」を実施しています。また、新たに、資格を持った指導者が部活動顧問を担うことができる「**中学校運動部活動指導員派遣事業**」も実施しています。

中学校給食の実施



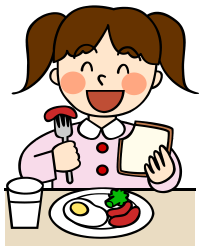
さらなる教育環境の向上や、成長期である中学生の健康な体づくりのため、平成29年2月に策定した「**中学校給食実施基本計画**」に基づいて、共同調理場方式による中学校給食の実施に向けた取り組みを進めます。

学校給食センターとの連携

全ての小学校で、学校給食センターと連携を図りながら、**食育の授業**を実施しています。また、**和食**を基本とした**減塩献立**や**地産地消**を生かした給食など、献立の工夫にも取り組んでいます。さらに、学校給食センターが発行する「給食だより」を配布し、家庭での食育も推進しています。



食育の充実



学校・家庭・地域が連携し、子どもたちの望ましい食習慣の形成をめざし、「**食育月間**」や「**食育の日**」の取組を中心に食育を推進しています。

食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけることができるように取り組んでいます。