

学校だより

プラタナス



10月

令和5年10月16日
市川市立市川小学校
校長 小籠 宏

<https://ichikawa-school.ed.jp/ichikawa-sho/>

↑ 学校ホームページURLです

たくましい体 ～日々健康に過ごすために～

暑かった日々もようやく去り、涼しく快適に過ごせるようになりました。「〇〇の秋」というように、何をするにも良い季節を迎えています。子供たちには、いろいろなことにチャレンジしてほしいと思います。そのためにも、日々健康に過ごせるように、自分の「体」について考え調子を整えることが必要です。

生涯にわたって健康な生活を送るための基礎を作るには、時代の変化とともに新たに生じる課題への対応を含め、学校の教育活動全体を通じた体系的な保健教育を充実する必要があると考えます。また、学校・家庭・地域が連携して、子供たちの生活リズムを整えるなど、子供たちの健康づくりに一体となって取り組んでいくことが重要です。

今月は、学校経営重点の一つである「たくましい体」を育むための取り組みを紹介します。

体力・運動能力の向上を目指して

近年、子供たちの体力・運動能力の低下が懸念されています。10月9日（月）スポーツの日に、体力・運動能力に関する調査結果が発表されました。それによりますと、今年度もこれまで同様に「低下が懸念される」結果でした。主な原因はコロナ禍による運動機会の減少とのことですが、体力・運動能力の低下については以前から指摘されていました。また、運動経験の2極化の課題もあります。

学校における体力・運動能力向上に向けて、一番の取り組みは体育科の学習です。小学校学習指導要領（小学校におけるそれぞれの教科等の目標や大まかな教育内容を定めたもの）体育科の目標は「心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。」とされています。このことを踏まえて学校では、多様な運動に慣れ親しむことに併せて、自分のめあてを持ち、練習方法やルールを工夫しながら学習に取り組んでいます。

10月13日（金）、市川市小学校陸上大会が国府台スポーツセンターで4年ぶりに開催されました。この大会に向けて、9月上旬から陸上部の活動を行ってきました。大会は5年生以上が対象でしたが、体力・運動能力向上や運動への啓発などを目的に4年生以上の希望者を募り、約1か月間に渡り朝・夕方に活動しました。走力・跳躍力は現在の小学生の大きな課題でもあるので、この活動を機にこれからも運動に進んで取り組んでほしいと思います。

【写真左】：本校での陸上部の活動

【写真右】：小学校陸上大会の様子

○実施種目は、100メートル・走り幅
跳び・走り高跳び（6年生のみ）

*裏面に続きます



食育の推進

健康の維持・向上に向けて、食事についての正しい知識・望ましい食習慣などを身につけることが重要です。子供たちが健全な食生活を実践できるよう、学校では保健指導・家庭科の学習・給食指導などを主として「食育」に取り組んでいます。

9月、本校の栄養士が2年生の道徳科で授業をし、子供たちの健康について考える中で、『ひみこのはがいーぜ』という標語を引用して「噛むことの大切さ」を伝えました。ご家庭でも「食」について話題にいただければと思います。



望ましい生活習慣の確立

「ほけんだより10月号」でも紹介しましたが、子供たちの健康力を高めることを目的に、学校では毎年「学校保健委員会」を開催しています。10月4日(水)、今年度は睡眠に関する専門家の方を講師に招き、「睡眠の大切さ」をテーマにした講演を実施しました。「睡眠は学習や運動に良い効果をもたらす」ということについて、クイズなどを交えてわかりやすく教えていただきました。講演後に子供たちからの質問が途切れることなく続く様子から、子供たちの睡眠に対する関心が高まったことを感じました。よりよい睡眠のために一人一人が考え、取り組んでほしいと思います。



※講演の内容と子供たちの感想については「ほけんだより11月号」で詳しくお伝えします。

11月主な行事予定

日	曜	行 事	日	曜	行 事
1	水	芸術鑑賞教室 5・6年：委員会活動 4年：5校時日課	15	水	4～6年：クラブ活動
			18	土	土曜参観
			20	月	振替休業
2	木	朝会 3年：お店見学	21	火	5年：すこやか検診
3	金	文化の日	23	木	勤労感謝の日
7	火	就学時健康診断 下校12時30分	25	土	ひまわり学級：合同学習発表会 *ひまわり学級振替休業27日(月)
8	水	定例研 下校13時20分			
10	金	6年：市川市児童生徒音楽会	28	火	5年：校外学習(横浜方面)
14	火	2年：町探検(予備日16日)	※詳しくは学年だよりなどで確認してください。		

11月18日(土)土曜参観について

○「かがやき音楽フェスティバル」

・学年ごとに、合唱や合奏の発表を体育館で行います。参観は各家庭2名まで(未就学児は人数に含みません)です。2学年ごとに入場、参観、退場となります。

○午後からPTA主催のイベント「市川子どもまつり」があります。参加する児童は帰りの会後に教室で軽食を食べますので、ご家庭で軽食をご用意ください。

○詳細につきましては、学校(10月3日配付)及びPTA(9月19日配付)からの文書をご覧ください。