

曾於市立中谷小学校だより

令和4年9月15日

# な か た に 9月

## 運動会に向けてがんばる子どもたち 家庭で気を付けてほしいこと

校長 柳野 竜生

台風14号の進路が、大変気になるところです。風雨の影響を考慮し、15日の運動会準備は、当日18日の午前7時からの準備に延期しました。もし運動会が、25日に延期になった場合は、22日の14:10から実施します。もしそうなれば、急な変更になり、誠に申し訳ありませんが、御理解と御協力をよろしくお願い致します。

さて、子どもたちは運動会に向けて、始業前の朝の時間や朝の活動から1校時の時間・昼休みと、応援や一輪車・ダンスなどの練習に一生懸命に取り組んでいます。中でも、Soo good SOO Love すっじゃーのダンスと一輪車演技は、見どころです。

がんばっている子どもたち、疲れも出てきていると思われます。この機会に、家庭での過ごし方で、気を付けてほしいことを考えてみたいと思います。

- 1 早寝・早起き・朝ごはん**  
簡単なようで、これは結構大変です。しかし、これをきちんとやっている子どもほど勉強も運動もよくできているというデータがあります。  
朝食をとることで、身体にエネルギーを補給し、集中力ややる気、体力を発揮し、持続させ、一日の身体のリズムを整えることができます。早寝・早起き・朝ごはんを、子どもたちに元気よく一日をスタートしてもらいたいです。
- 2 十分な睡眠をとる**  
寝る時間が遅くなると、睡眠時間も短くなってしまいます。十分な睡眠をとることは、子どもの健やかな成長と生活リズムを確立するために、とても大切です。
- 3 メディアコントロールをする**  
小学生は30分以内で、平日はさせないのがベストと言われるお医者さんもらっしゃいます。夜9時以降はしない、させない。やりすぎると、健康をそこなうなど問題がおきてしまいます。
- 4 家族団らんの時間を作る**  
子どもとしっかり向かい合い、話を聞いてあげる。家族いっしょに食事をすることによって、家族のふれあい、食事のマナーなど社会性を深めることにつながります。食事をいっしょにつくることもよいと思います。
- 5 ほめることをして、他人の批判をしない**  
子どものよいところを見出し、ほめましょう。子どもは喜びを感じ、自信や自尊心を育てることにつながります。また、子どもの前で他人の批判は控えましょう。子どもは、家族の考えに同調します。時として悪い影響を及ぼすことがあります。

### 10月の行事予定

- 5日(水) 市教委学校訪問
- 6日(木) さんぺい号
- 7日(金) 身体計測・視力検査
- 8日(土) 実験名人教室
- 14日(金) 3校合同生活科・社会科見学
- 20日(木) さんぺい号
- 23日(日) メディアで子どもと一緒に読書の日
- 24日(月) 財部地域第2回小・中連絡会
- 25日(火) ふれあい給食

### お知らせとお願い

10月は学力向上月間となっております。御家庭でも子どもたちの頑張りを認め、学習の見届けをお願いします。  
また、10月は教育相談月間となっておりますので、相談したいことがありましたらお気軽に担任に御連絡ください。

## 体力・運動能力調査の結果について

5月に体力・運動能力調査を行いました。学校全体としては、概ねよい結果となりました。個人としての課題はそれぞれありますが、「握力」、「心持久力」は学校全体の課題であることがわかりました。そこで、課題の改善及び体力・運動能力向上をめざし、次のことに取り組んでまいります。

- 教科体育1単位時間における運動量の確保に努める(3分の2以上の運動量)。そのために準備を迅速に行ったり説明をできるだけ簡略化したりして、運動に充てる時間を確保する。また、準備運動に1分間の縄跳び持久跳びを位置付ける。
- 空き時間等に握力を向上させるための器具を継続して使用する。
- 結果分析を基に自分の課題を把握させ、自分の足りない力を付けられるように、子ども一人一人目標を立てさせるとともに、運動をする時間を設定して意欲的に取り組ませる。
- 基礎的な体力を付けるため、毎日、走の運動をさせる。  
御家庭でも、お子さんの結果を見て頂き、体力・運動能力向上のためにできることから取り組んでいただければと思います。

## 校内環境整備

9月8日(木)に財部地域の小・中学校学校主事による合同作業とシルバー人材による草刈りが行われました。今回は運動会に向けて、学校主事さんたちは校庭を中心に、シルバー人材さんは中庭や駐車場入口付近などを作業してくださいました。校庭を含め学校内がきれいになったことで、環境が整い、児童の運動会に向けての練習もスムーズに進んでいます。暑い中でしたが、学校主事、シルバー人材の皆様、ありがとうございました。



## そばの種まきを実施しました

9月10日(土)に中谷そば生産組合の下川幸太さん、山下孝二さんに御協力いただき、そばの種まきをしました。今年度も、山元正行さん宅前の畑に種をまきました。畑につけた溝に沿って種を植えていく筋蒔きという方法で取り組みました。溝は3年生以上の子どもたちが下川さんや山下さんに教えてもらいながらつけました。今年初めて参加した1年生3人も上手に蒔くことができていました。

11月18日(金)にそば刈りの予定です。本校の特色ある教育活動の中心となる活動です。今後とも学校応援団をはじめとする地域の方々の御支援と御協力をよろしくお願い致します。



## 秋季大運動会に向けて

子どもたちは運動会に向けて、毎日の全体練習だけでなく、朝の時間や昼休みに、一輪車や応援の練習等を頑張っています。当日は全児童15人が精一杯の走りや演技をお見せします。今年度も、コロナウイルス感染拡大防止のため、地域との合同ではなく、学校単独での実施となりました。また、来場者も制限しての運動会となりますが、児童が練習の成果を発揮できるよう、あたたかい目で見守って頂ければと思います。よろしくお願い致します。

