

【学校だより】

ほさかっ子

穂坂っ子

【学校教育目標】

心豊かで
かしこく
たくましい子ども

平成29年6月2日 NO.3 穂坂小学校長

体力は生きる源です！（睡眠・食事・運動で、体力向上&脳の活性化…）

教室を覗くと、子どもたちが楽しそうに授業をしています。活気のある授業風景を見ることが出来る幸せを日々感じています。しかし、時々背中を丸めて座っている子ども、背もたれによりかかって座っている子どもなど、姿勢を保つことができない様子を見かけることもあります。疲れていたり、寝不足だったりすることによることもあるので、一概にいうことはできませんが、最近では全国的に見ても自分の体を支える基礎的な体力がなくなっている子どもが増えているようです。子どもたちにとって、体力向上は喫緊の課題と言えるでしょう。「疲れにくい」「けがをしにくい」「病気になりにくい」「ストレスに対する抵抗力がある」など、「体力がある」ということは、人間が生きていくうえでとても大切なことです。

先月24日（水）に、本校でも新体力テストを実施しました。子どもたちは、自分のもっている力を最大限に発揮しようとそれぞれの種目に挑戦していました。子どもたちが、自分自身の体力の現状を把握することは、体力向上に向けて必要不可欠です。本年度の結果・分析が待たれるところですが、昨年度の山梨県の新体力テストの分析結果に目を通しますと、「握力は前年度より数値が低下したこと」「日常的に運動している児童生徒、家庭で調理された食事を摂っている児童生徒、テレビ・スマートフォン等を視聴する時間が一時間未満の児童生徒は、体力の合計点が高い」という結果が見られます。また、「学年が上がるにしたがって、身体活動量が減少」「運動する児童生徒と、運動しない児童生徒の二極化傾向」といったことも見られました。体力は自分を支える力であり、生きる源でもあります。また、体力が向上すると、脳が活性化し、学習効果を高めるとも言われています。

本校では、わかこま体育（火曜日）の時間に、子どもたちの運動の日常化を目指して、全身持久力を高める運動を行っています。わかこま体育の時間はもちろんですが、積極的に外で遊ぶ子どもが多い穂坂小…。これからも体を動かすことを面倒くさげらず、体を動かすことに気持ちよさを感じる子どもを育てていきたいと思えます。



プールの季節が近づいてきました！

昨日（5,6校時）、4年生から6年生までの児童全員による、プール清掃がありました。きれいなプールで泳ぐことができるように、児童一人ひとりが自分の役割を意識しながら、一生懸命掃除をしていました。さわやかな風が漂うなか、気持ちよく働く子どもたちの姿が印象的でした。無心になって働く穂坂小の子どもたち…。頼りになる子どもたちです。

子どもたちのおかげで、プールが見違えるほどきれいになりました。夏本番は、すぐそこまで来ています。



シリーズ③

褒め言葉の効用！

さりげない一言が、あたたかい！

『あなたならきっとやれる…、期待しているよ』と、笑顔で言えたら…

子どもにレッテル（例えば「この子はノロマな子」「この子はおしゃべり」「この子は嘘つき」）を貼ってしまうと、無限の可能性を断ち切ってしまうことが多々あるようです。「嘘つき」と言われ続けた子どもは決して正直な人間には育たないと言われていています。人間の「やる気」は、期待されたときに伸びるものです。大人でもそのようなのですから、子どもならなおさらです。

期待をかけたからと言って、すぐに結果が出るわけではありませんが、マイナスのレッテルを貼られることで、伸びることはありません。「あなたならきっとやれる、期待しているよ。」…そんな言葉かけが、子どものやる気を伸ばすのです。