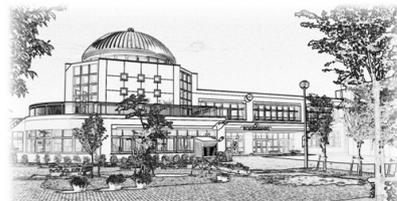




いづみさわ



千歳市立泉沢小学校学校だより No. 4 令和5年6月30日

(電話) 0123-28-5830 (ファックス) 0123-28-5831 (HP) <https://chitose-edu.jp/izumisawa-e/>

【令和5年度重点目標】 『笑顔と思いやりをもつ たくましい子の育成』

～ 「気づきと行動の実践」と「自己決定・自己表現」への深化 ～



学力と運動の意外な関係

校長 早川 久夫

運動会が終わり、子どもたちは夏休みに向けて、少し落ち着いて学習に取り組める時期が来ました。今年の夏は昨年ほど暑くならないとのことですが、学習するときは暑さとの戦いになるかと思います。子どもたちが熱中症等にならないよう、学校としても注意を払い、水分補給や換気に努め、対策を施していきたいと思います。

さて、今、コロナ禍の3年間において学力や体力の低下が指摘され、特に体力は著しい低下を見せています。その一因としてスポーツや外遊びの時間の減少や、朝食を食べないなど偏った食生活や睡眠不足といった生活習慣の変化があげられています。

文部科学省による調査結果を重ねると、「運動ができる子どもは勉強もできる」という傾向があることがわかっています。最新の脳科学の研究では、人間が運動すると、脳のさまざまな部位が活動し、運動が脳を活性化させ、集中力や記憶力を高め、勉強のパフォーマンス向上につながることも明らかになっています。特に年長～小学6年生頃の子どもたちはゴールデンエイジと呼ばれ、身体能力、運動能力が著しく発達する時期でもあります。

そのために、今できる学力と運動能力アップのための大切な習慣を確認したいと思います。

1. 外遊びをする

幼児期から小学生のころに十分に体を動かすことは、運動能力の土台をつくるだけでなく、脳の発達を促します。特別なスポーツでなくても、鬼ごっこをして公園を走り回ったり、遊具をのぼり下りしたりするなど、自由に身体を動かしながら遊ぶことが大事です。工夫して身体を動かせる時間をつくれるといいですね。

2. 朝食を食べる

「全国学力・学習状況調査」によると、「毎日朝食をとる児童ほど、学力調査の得点が高い傾向にある」という調査結果があります。また、スポーツ庁の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」によると、「毎日朝食を食べる児童は体力が高い」という傾向がみられます。

そもそも朝起きたばかりの身体は、エネルギーが不足した状態にあります。このため、朝から元気に動いたり、集中力を発揮したりするためには、朝食が欠かせません。また、朝食を食べると体温が上がり、身体も脳も活動的になります。寝坊して朝食を食べる時間がなくなるということがないように、睡眠時間をしっかり確保することも大切です。

3. よく歩く

国際的な学習到達度に関する調査「PISA」上位の常連であるフィンランドの調査では、よく歩く子ほどストレスに対する抵抗力が高くなり、勉強を苦にしない傾向があるという結果が明らかになっています。毎日の徒歩通学も、実はとても意味のあることなのです。子どもたちのことを考えるのであれば毎日歩かせて登校することが子どもの発達にとって重要であるということです。

令和5年度「大運動会」 ありがとうございました！



テーマ「協力して勝利をつかみとろう！」のもと全校一丸となって運動会を実施致しました。予定日より一日延期となったぶん、子どもたちは運動会を頑張りたい気持ちを爆発させ、熱気に満ちた運動会となり得ることができました。ここで培った前向きな精神を、今後の学習等に生かしていきたいと思っています。運動会当日は、保護者の皆様や地域の皆様に多数ご参観頂きました。誠にありがとうございました。また、交通マナーや観覧マナーにご協力を頂き、ありがとうございました。重ねてお礼申し上げます。

<8月の主な行事予定>

8月1日～4日 地域書道教室
 10日14日15日 学校閉庁日
 19日20日 向陽台まつり
 31日～9月1日 修学旅行
 9月2日 千歳神社祭

7月の行事予定

日	曜	行事等	その他	給食
1	土			
2	日			
3	月	児童委員会④		○
4	火	全校5h授業 個人懇談①		○
5	水			○
6	木	全校5h授業 個人懇談②	ICT	○
7	金	全校5h授業 個人懇談③		○
8	土			
9	日			
10	月	個人懇談④		○
11	火	全校5h授業 個人懇談⑤ 図書貸出(低)		○
12	水	図書貸出(中)	職員会議	○
13	木	全校5h授業 個人懇談⑥ 図書貸出(高)		○
14	金	全校5h授業 個人懇談⑦	ICT SC	○
15	土			
16	日			
17	月	海の日		
18	火	B日課 個人懇談予備日		○
19	水			○
20	木	期末清掃(456年)		○
21	金	全校集会 全校5h授業 期末清掃(123年) ICT		○
22	土	夏季休業～8/16		
23	日			
24	月			
25	火			
26	水			
27	木			
28	金			
29	土			
30	日			
31	月			

保護者引取型下校訓練

先日、保護者引取型下校訓練を行いました。保護者の皆様のご協力のおかげをもちまして、今年度も有意義に実施することができました。誠にありがとうございました。

今後、悪天候や災害時などに、実際に行う場面があると思いますので、ご協力を引き続きよろしくお願いいたします。

個人懇談週間

7月4日より、各学級個人懇談の週間が予定されております。この機会にて、学級担任と保護者様の間で、お子さんについての良きお話ができればと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

尚、日程等の詳細につきましては、各学級からのお知らせをご覧ください。

◎地域の皆様・保護者の皆様へお願い

・学校駐車場の一方通行、および、校舎付近の無断駐車禁止に日々ご協力頂き、誠にありがとうございます。今後も、規則厳守にご賛同頂けますようお願い致します。