



やちだも

札幌市立琴似中央小学校

学校ホームページ <https://www.kotonichuo-e.sapporo-c.ed.jp>

学校便り
7月号
令和8年6月30日



体を動かす喜びと、生活の土台を育てて

健やかな体育成部 部長

先日の運動会では、たくさんの応援をありがとうございました。今年は全校開催となり、子どもたちは仲間の頑張りを称えながら、自分たちの競技も全力で取り組みました。特に、2学年合同で行った団体種目や表現「もえぎソーラン」では、教え合いや支え合いの場面が多く見られました。お互いを思いやり、声を掛け合いながら挑戦する姿に、大きな成長を感じました。そして何より子どもたちの頑張りを後押ししてくれた保護者の皆さまの温かな声援に感謝いたします。応援の拍手や笑顔は、子どもたちの自信につながります。本当にありがとうございました。



さて、本校では、日常の中でも「体を動かすことの楽しさ」を感じてもらえるように様々な取組を続けています。今年は体育委員会の子どもたちが、6月に行われる体力テストに向けて、全校のみんなに記録を伸ばしてほしいという思いのもと、「全校体力テスト練習会・実践会」を行いました。

「50m走の走り方」「ソフトボール投げのボールを遠くに飛ばす方法」

「20mシャトルランのやり方」の3つの実践を通して、高学年が他学年に寄り添いながら、みんなで記録向上を目指す姿がとても素敵でした。今後もこうした活動を通して、子どもたちが運動への興味や体力の向上、達成感を味わえるようにしていきたいと考えています。



また、子どもたちが元気に体を動かし、日々の学習に落ち着いて向き合っていくためには、運動だけでなく、日々の生活リズムや習慣が基盤となります。最近では、スマホやゲーム機などの利用時間が長くなり、睡眠不足や朝食の欠食などが気になる子も見られます。睡眠や食事、運動といった基本的な生活習慣は、子どもたちの心と体の発達に直結します。是非御家庭でも、ゲームやスマホの使用時間を見直したり、夜更かしを避けて早寝早起きのリズムを整えたりするなど、子どもたちが健やかに育つための環境づくりに御協力をいただけたらと思います。学校と家庭が連携し、同じ方向を向いて生活の土台を支えていくことで、子どもたちは安心してのびのびと成長していけると信じています。

本校ではこれからも、子どもたちの心と体が元気に育つように、「体を動かすこと」「学ぶこと」「休むこと」のバランスを大切にしたい取組を進めてまいります。引き続き、皆様の御理解と御協力をよろしくお願いいたします。

