

# 宇谷小だより



## 体力向上をめざして…体力テストをがんばりました!

文部科学省が行っている「体力・運動能力調査」によると、現在の子どもの体力・運動能力の結果をその親の世代である30年前と比較すると、ほとんどのテスト項目において、子どもの世代が親の世代を下まわっているようです。一方、身長、体重など子どもの体格についても同様に比較すると、逆に親の世代を上回っています。

<親世代と現代っ子の体格・体力の比較>…一部

			平均身長:cm	50M走:秒	ソフトボール投げ:m
昭和60年	11歳 男子		143.2	8.8	34
	11歳 女子		145.5	9.0	20.5
令和3年度	11歳 男子		145.8 (2.6↑)	8.8 (0)	25.4(8.6↓)
	11歳 女子		147.1 (1.6↑)	9.2 (0.2↓)	16.0(4.5↓)

このように、体格が向上しているにもかかわらず、体力・運動能力が低下していることは、身体能力の低下が深刻な状況であるといえるかもしれません。また、最近では、靴のひもを結べない、スキップができないなど、自分の身体を操作する能力の低下も指摘されています。現代の子どもたちの生活を考えると、お父さんやお母さんが子どもだったころに比べて、交通手段や家電製品の発達などによって、体を動かすことが少なくなってきました。生活が便利になったかわりに、体を動かす機会が減ってしまったのです。このような生活の中では、意識して体を動かさないとはいけなと言われてもいます。もちろん、体力には個人差があり、高い身体能力のみを推奨しているわけではありません。免疫力の低下を防ぐためにも体力向上が大切であると言われていたり、ものごとに取り組むやる気、集中力、ねばり強さ、といった心の動きも高まったりするそうです。宇谷っ子が、「たくましさ」を身に付けてくれるためにも、今後、体育の時間の充実や休憩時間の外遊びなどを声かけていきたいと思えます。



## 困ったことがあったら…一人で悩まず相談してください(学習面・生活面)

子育てに正解はないので、日々悩まれることも多いかと思います。学習のこと、生活のことなど困ったことがあったら誰かに相談することが大切です。学校では、支援教育コーディネーター(南利先生、神保先生)、通級指導教室担当(山中先生)とスクールカウンセラー(松浦先生)がいます。相談したいことがあれば、学校(担任または松本教頭)までお知らせください。子どもたちにも児童集会時に「困ったことがあったら、一人で悩まないで誰かに助けてもらいましょう。助けてもらうことは、恥ずかしいことではなく、いいことだよ。」と伝えています。宇谷の子どもたち、先生も、おうちの人もみんな大切な人です。みんなが元気に楽しく過ごせるように願っています。

## ふれて、学んで、ワクワク! ドキドキ! 五感を使って学ぶ「体験型学習」を大切に!

子どもたちが本物にふれ、五感を使って学ぶ「体験型学習」を大切に! 1年生の交通安全教室、2年生の校区探検、3年生のえんどう豆の皮むき、4年生のグリーンセンター見学、5年生の調理実習、6年生の校外学習と、他にも様々な体験学習を実施しています。「体験型の学習」は、子ども達が本物にふれ、五感を使って学ぶことができ、いろいろな経験を重ねることで、豊かな感性と広い視野を身につけることができます。これからも楽しく学ぶことができるよう全力で応援します。



## 6月行事予定 (詳しくは学年だより等を参考にしてください)

- 2日(金) 諸費引き落とし①
- 8日(木) 十中公開授業の為、4時間授業
- 12日(月) 委員会、諸費引き落とし②
- 13日(火) 児童集会
- 15日～16日(木・金) 5年林間学舎
- 19日(月) プール開き(6年生から順次) クラブ 読書週間(～23日まで)
- 21日(水) 教員研修の為、13:50下校
- 22日(木) 避難訓練(不審者対応)
- 25日(日) 日曜参観 宇谷小フェスタ
- 26日(月) 代休
- 27日(火) 6年非行防止教室
- 30日(金) 創立記念日(お休みです)



### 7月・8月の主な予定

- 7月4日～7日(火～金) 個人懇談
- 19日(水) 給食終了
- 20日(木) 一学期終業式
- 21日(金)～8月21日(月) 夏季休業(夏休み)
- 8月22日(火) 2学期始業式
- 28日(月) 給食開始

### <熱中症の予防のために>

登下校時には、ぼうしをかぶりましょう。  
登下校中に「保冷剤入り首巻タオル」「ひんやりタオル」「日傘」を使用して頂いてかまいません。(記名をお願いします)



※一学期のスマイル塾は、6月17日、7月1日、15日、29日、8月5日、19日です。申し込みは随時。チラシは学校あります

## 今年度(令和5年度)の水泳指導について

今年度プールが新しくなり、とてもきれいなプールでの水泳指導となります。低・中・高学年に分かれて、実施していきます。雨等で入れない日もあるかもしれませんが、各学年、入水回数は約8回程度を予定しています。一学期で水泳指導は終わります。(高学年は、最後の水泳指導で、着衣泳をする予定) 水に慣れることを大切にして、熱中症等にも気を付けながら、安全確保を第一義に考えて指導をしてまいります。ご家庭での健康管理(早寝、早起き、朝ご飯等)宜しくお願いします。

