



# 学校だより

—令和5年6月号—

大田区立入新井第四小学校

校長 窪寺 雄一郎

中央 3-5-8 Tel 3773-3981

<https://www.ota-school.ed.jp/iriaraidai4-es/>

## 健康第一 体力向上

心身ともに元気に過ごせるように

副校長

新緑に包まれた5月も終わりを迎え、少し蒸し暑く感じる6月に入ります。6月10日(土)は運動会です。今年度の運動会は、新型コロナウイルスが5類に移行されたことに伴い、参観の時間帯や人数については特に制限を設けないなど、手洗いの実施、消毒の推奨などの感染拡大防止策を講じつつ、コロナ前の実施方法に少しずつ戻していく予定です。子どもたちの日頃の学習の成果をご覧いただき、熱い応援をよろしくお願いいたします。

さて、5月は『早寝・早起き・朝ごはん月間』でした。毎日のチェックカードへのご記入ありがとうございました。十分な睡眠やバランスのよい食事は、子どもたちの体力向上にも重要な要素となります。よりよい生活習慣を身に付けることが健康な体づくりの第一歩だと言えます。

5月11日に体力テストを実施しました。今回の体力テストの結果だけで体力の有無は判断できませんが、世論では昨今、子どもの体力低下が問題視されています。特に筋力や反射神経が低下傾向にあると言われています。筋力の低下は、疲れやすくなったり、姿勢の保持に支障が出たりします。また、反射神経の低下は、転びやすくなったり、咄嗟に人や物を避けられず思わぬ怪我をしたりと、日常生活にも影響が及ぶと危惧されています。

体力を低下させている背景には、幾つかの理由があると言われています。

- ① 暮らしや生活環境が便利になったことによって運動する機会が減ったこと
- ② スポーツや外で遊ぶために必要な時間や仲間、遊べる場所が少なくなったこと
- ③ 偏った食事や睡眠で生活習慣に乱れがある など

\*引用\*日本教育新聞より

これらの背景に加え、近年、社会の風潮が学力や知識偏重によって運動を軽視している傾向が見受けられます。また、現代は多くのことがオートマチック化され、体を動かして作業をする機会が減ってきています。家庭での手伝いや買い物もその一つです。子どもの体力向上に努めるためには「運動する習慣作り」をすることが効果的だと考えられています。学校では、体育の授業で運動を楽しませる工夫を取り入れたり、運動量を確保したりすることに努めています。休み時間には外遊びを推奨しています。

家庭でも「できることから少しずつ」子どもたちの体力向上につながる生活習慣を意識していただければと思います。

これから、運動会に向けての練習も大詰めを迎えます。栄養と睡眠をしっかり摂り、体力をつけて健康に過ごしましょう！

## 6月の生活目標

『ろうかをしずかに歩きましょう。』

| 日  | 曜 | 6月行事予定                  |
|----|---|-------------------------|
| 1  | 木 |                         |
| 2  | 金 |                         |
| 3  | 土 |                         |
| 4  | 日 |                         |
| 5  | 月 |                         |
| 6  | 火 |                         |
| 7  | 水 | 音楽鑑賞教室(5年)              |
| 8  | 木 |                         |
| 9  | 金 | 安全指導 運動会前日準備(6年)        |
| 10 | 土 | 運動会                     |
| 11 | 日 | 運動会予備日                  |
| 12 | 月 | 振替休業日                   |
| 13 | 火 | プール前健診(高学年)             |
| 14 | 水 | 午前授業                    |
| 15 | 木 | 避難訓練(津波)<br>プール前健診(低学年) |
| 16 | 金 | 特別時程                    |
| 17 | 土 |                         |
| 18 | 日 |                         |
| 19 | 月 | プール開き 委員会               |
| 20 | 火 |                         |
| 21 | 水 | 午前授業                    |
| 22 | 木 |                         |
| 23 | 金 | セーフティ教室                 |
| 24 | 土 |                         |
| 25 | 日 |                         |
| 26 | 月 | クラブ④                    |
| 27 | 火 | ユニセフ募金(始)               |
| 28 | 水 | ユニセフ募金(終)               |
| 29 | 木 |                         |
| 30 | 金 | 定期健康診断終                 |

## 《7月の主な行事予定》

- 7月 4日(火) 避難訓練(消火体験)
- 7月 8日(土) 学校公開(道徳授業地区公開講座)
- 7月18日(火)・19日(水) 午前授業
- 7月20日(木) 終業式
- 7月21日(金)～31日(月) 個人面談期間



# もうすぐ運動会



\*各学年の見どころをお知らせします。

## 1年生

かけっこは 50mを走ります。コースを守り、まっすぐに走ります。最後まで全力で走りますので応援をお願いします。表現は「ジャンボリミッキー」を踊ります。速い動きや難しい動きも頑張って練習しました。元気いっぱいに踊ります。ご声援と温かい拍手をお願いします。

## 2年生

かけっこは昨年よりも20m距離が長くなり、コーナーを周って走ります。一生懸命走りますので応援をお願いします。ダンスはYOASOBIの三原色の曲に合わせてテンポのよい振り付けで元気いっぱいに踊ります。ご声援と温かい拍手をお願いします。

## 3年生

短距離走は80mを走ります。コーナーを頑張って走りますので、応援をよろしくお願いします。

表現はねぶた祭りの踊りを基にした曲で踊ります。明るく楽しいリズムに乗りながら、元気な掛け声とともに踊ります。ご声援と温かい拍手をお願いします。

## 4年生

短距離走は3年生と同じ80メートルを走ります。力強い走りをぜひご覧ください。

表現は岩手県の民舞「御神楽」を踊ります。扇と錫杖を使い、難しい振り付けを覚えました。ご声援と温かい拍手をお願いします。

## 5年生

心も体も大きくなった5年生一人一人が最後まで100mを駆け抜けます。応援をよろしくお願いします。入四ソーランでは力強かつこよい南中ソーランを披露します。全員が団結して心が一つになる演技をご覧ください。

## 6年生

短距離走は100mを走ります。スピード感あふれる走りにぜひご期待ください。

表現は「Unlimited～無限大～」をテーマに、組体操とダンスを行います。小学校生活の集大成となるよう、みんなの心を一つにして頑張ります。

一人一人が一生懸命に練習に取り組んでおりますので、運動会当日は精一杯頑張る児童に応援をお願いします。当日、暑い場合は熱中症対策として、入四小おやじの会の皆様のご協力、ミストシャワーを実施します。



1・2年生 消防写真会



全校 体力テスト



学校便りをカラーで見ることができません。また、入四日記も定期的に更新中です。ぜひご覧ください。