

香芝市立鎌田小学校

令和五年二月一日



# 学校だより

すべての命が輝く鎌田小学校



鎌田マスコットキャラクター  
くすのき m.m

第二十三号

校長 杉村 幸恵

## ぴよんぴよんタイムが始まっています。

縄跳び運動は、簡単そうに見えて、実はとても複雑な運動

です。児童の体力と縄跳び運動の関係について

の研究は、様々にされており、その中で、縄跳び運動は「敏捷性」や「跳躍力」「持久力」を高める効果があるという結果が示されています。

特に、小学生の時期は、5歳～8歳ごろをプレ・ゴールデンエイジ、9歳～12歳ごろをゴールデンエイジと呼ばれ、さまざまな運動神経が形成される時とされています。神経系は、一度その経路ができあがると、なかなか消えないといわれ、いったん自転車に乗れるようになると数年間乗らなくてもスムーズに乗ることができるといふ例とともに紹介されることもあります。

この大切な時期に多様な動きを経験させることはとても重要です。様々な跳び方があり、短い時間で手軽にできる縄跳びは、運動神経を刺激するには適した運動といえます。また、今日から大縄チャレンジも始まり、昼休みには縦割り班で大縄跳びに挑戦しています。

縄を回す役割についても、PTAの保健体育部長さんを中心に集まっていたり、前号の学校だよりを見て、連絡をいただいたりして、人数を確保することができました。ありがとうございました。この後の2/2・2/7・2/9についても、引き続き御連絡お待ちしております。



ます。

運動会の時に低・中・高学年に分かれて大縄跳びに挑戦していた時とは比べ物にならないぐらい、どの学年の子もたちも上手に跳ぶことができてううになっていて驚きました！

るのはいかがですか？



手軽にできる縄跳び運動は、大人にとってもいい運動になります。お子様と一緒に跳んでみるのはいかがでしょうか？

## 学校保健委員会について

「学校保健委員会」とは、子どもが生涯を通して健康で安全な生活を送ることができる力を身に付けるため、児童の健康問題を協議したり、地域と連携して健康づくりを推進したりするための組織です。構成は、教職員をはじめ、保護者や地域などの各代表、校医さんなどです。

本校でも毎年、PTAの皆さんにも参加をしていただきながら委員会を開いてきました。しかし、しばらくはコロナ禍ということで参集型の委員会開催を控えて、本年度も配信型の開催に向けて準備を進めてきました。

今年、体育の時間の様子を見ていただくことにします。本校の児童は「体力・運動能力調査」（通称：体力テスト）の結果から、「跳躍力」「握力」「柔軟性」のスコアが低い傾向にあることが分かりました。そこで、これらの力を育みながら、体を動かすことが楽しいと感じるような学習の一部を紹介いたします。また、後半には朝食の大切さについての動画も載せています。お子様とともに御視聴いただき、子どもたちの健康、体力向上について、共に考える機会にしたいだけあればありがたいと思います。日々御多用のこととは存じますが、よろしくお願ひします。なお、写真や撮影物の著作権は学校にあります。視聴以外での御使用は固くお断りいたします。御理解の程、お願いいたします。

