



桃三小

令和3年度9月号 No.594

令和3年 9月1日

杉並区立桃井第三小学校

校長 末永 弘

子どもたちの体力作りを支える教育活動

副校長 大滝 淳子

コロナ禍での夏休みが終わりました。昨年とは違い、今年は45日という長い休みになりました。

私は、オリンピックやパラリンピックを家で見ながら、手に汗握る毎日を過ごしました。そこには、力を出し切り、素晴らしい結果を出した選手の誇らしげな顔や、思ったような結果が出ず、涙したり呆然としたりする姿がありました。それを見ながら、私は、もてる力を最大限発揮するために、心や体を整えることが大切であると感じました。

また、インタビューで選手が「周りの人に感謝したい」と話している様子が印象に残りました。ベストパフォーマンスの裏には、コーチやスタッフによる食事や練習などのサポートが欠かせなかっただろうです。この話を聞きながら、私は、子どもたちのために、学校でもできる限りのことをしていこうという思いを改めて強くもちました。

現在、新型コロナウイルスは「第5波」の渦中にあり、都内でも子どもたちの感染が急増しています。様々な制約がある中でも、学校では、子どもたち一人一人にとって力を発揮できる場、輝ける場となるように教育活動を行っています。

中でも土台として大切に考えているのは、体力作りです。給食では、栄養価を考え、バランスの

とれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健康の保持増進を図っています。保健室では、子どもたちの体と心の健康と安全に配慮しています。7月には学校保健委員会を開催し、「学校・家庭・地域が連携して取り組む健康づくり」というテーマで、保護者の皆様や学校医の方々と話し合い、情報を共有しました。

休み時間には校庭、体育館、屋上をフル稼働させ、外遊びを推奨しています。体育の時間だけでなく、日常的に体を思い切り動かす活動ができるよう工夫し、体力の向上を進めています。

よく食べ、体をたくさん動かし、睡眠を十分にとて体力を付けることは、免疫力を上げることにつながります。それは、学習に向かう意欲の源にもなります。

今日から2学期が始まりました。学校では、子どもたちが元気に学校生活をスタートできるよう、保護者の皆様と協力して食事や睡眠などの生活リズムを整えていきたいと考えています。

これからもコロナウイルス感染の防止に努め、子どもたちが自分の力を伸ばしていくための指導や支援を行ってまいります。今学期も本校の教育活動にご理解とご協力をよろしくお願ひいたします。

今月の生活目標（9月）

◆自分から仕事をしよう◆

子どもたちは、学校生活の様々な体験を通して、心も体も大きく成長します。「仕事をする」ことも大事な体験です。委員会、学年・学級の当番や係など、学校生活の中ではいろいろな仕事があります。自分の仕事や役割を通して、桃三小のみんなのために自分にできることは何かを考えて行動したり、できないことは何かを考えて助けてもらったりしながら、力を合わせ、支え合うことの素晴らしさを実感できる2学期にしていきます。

生活指導主任 中村 恵

クラブ紹介

緊急事態宣言の為、延期になっていたクラブ活動ですが、1学期の終わりには実施することができました。今年度は、活動時間が60分と長くなり、新たに鉄道研究クラブ・バレーボールクラブができました。子どもたちが学年を越えて、楽しい活動をしていきたいと思います。

次回は10月11日（月）の予定です。

クラブ担当

