

輝け田底っ子

第43号

文責：校長 益永 一幸

令和4年度 田底小 チャレンジ目標

- ①最後までがんばろう ②上手に伝え合おう ③自他を大切にしよう



ハッピーランランデー ～めあてをもって走る～



12月8日（木）は「ハッピーランランデー」を実施しました。2校時は5・6年生（設定時間7分間）、3校時は1・2年生（設定時間3分間）、4校時は3・4年生（設定時間5分間）で行い、設定した時間をどれだけ走れるかの記録をとりました。子どもたちはこれまでの授業の中で自分のペースをつかみ、本番に向けてめあてを決めて臨みました。本番では保護者の応援もたくさんあり、最後まで真剣に走り通し、多くの子どもたちがめあてを達成でき、満足した表情になっていました。私も全ての学年で一緒に走りました。記録をとる子どもからの応援や教室のベランダからの応援がとても心強く、頑張りのモチベーションが上がりました。子どもたちが互いに頑張りを応援し合う姿にも感動しハッピーな気持ちになったランランデーでした。

子どもたちの健やかな成長に向けてシリーズ ④【生活リズム】

健康で充実した生活を送るためには、「学習・運動」「食事」「休養・睡眠」のバランスと生活リズムが大事（4年生の「保健」で学習しています）です。特に、「学習・運動」は、午前中をピークにする生活が大切であると言われています。

田底小の午前中の授業の様子を見ると、子どもたちはとても活発に「頭」「心」「体」を使って学習をしています。とても素晴らしいです。ただ数人、眠そうにしている子どもを見かけます。「早寝・早起きができずに、あわてて学校に来たのかもしれない。」と、生活リズムが心配になってきます。

午前中が活動のピークになる生活リズムは、「早寝・早起き・しっかり朝ごはん」です。夜遅くまでスマホやゲームに夢中になる生活をする、正しい生活リズムが崩れる可能性があります。ぜひ、ご家庭での正しい生活リズムの定着をお願いします。