令和６年１月３１日（水）
練馬区立開進第四小学校
校　長　　関　川　　健

体　力　づ　く　り（縄跳びを通じて）

副校長　中村　明子

令和６年が始まり、早や１か月が経とうとしています。１月から２月初めまで、縄跳び月間の取組を、全校を上げて行っています。縄跳びの日には、校庭中に児童が散らばり、軽快な音楽に合わせて、目標に向かって熱中して跳んでいます。いつもは教室内に残る子も元気に体を動かし、体力向上に取り組んでいます。私の子供のころにも、縄跳びの取組を行っていましたが、縄跳びの一番のメリットは、心肺機能＝スタミナが高まることだそうです。子供は、自分なりの目標を見付けると、それに向かって少しずつ努力を積み上げていきます。目標を達成することで、健康な体をつくっていきたいところです。

体力については、中央教育審議会答申（平成 20 年 1 月 17 日） において、次のように記載されています。「体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きく関わっており、『生きる力』の重要な要素である。子供たちの体力の低下は、将来的に国民全体の体力 の低下につながり、社会全体の活力や文化を支える力が 失われることにもなりかねない。」　未来を担う児童が、社会で活躍できるようにまず基礎的な体力をつけることを目指し、本校では、体育の学習や毎日の休み時間の外遊びを始めとして、夏の水泳指導・冬の持久走大会など様々な取組を行っています。ご家庭でも、ぜひ、体力向上につながるあそびやスポーツに取り組んでみてください。

お知らせ１　１月 23 日付で、「学校における働き方改革の推進について」練馬区及び東京都からのお便りを配付しましたので、ご覧ください。その中で、電話機の応答メッセージの時刻についてふれていますが、本校の教員の勤務時間は、8:00～16：30 ですので、電話機の対応も 8:00～16：30 となります。御了承ください。

お知らせ２　本日、保護者向け情報伝達サービス「sigfy」についてのお便りを**３枚**配付いたしましたので、内容をご確認いただき、**２月 16 日までに**登録をお願いします。

欠席連絡は、２月中は現在使われている GoogleForms を活用し、３月から sigfy に移行します。また、来年度以降も、**学校連絡メールは、そのまま運用を続け、区からのお便り等が配信**されます。

お知らせ３　メジャーリーグの大谷翔平選手から寄贈される野球グローブは、２月中旬に学校に届く予定です。順次、児童に紹介し、各クラスに回していく予定です。楽しみです。