

須賀川市立第二小学校だより

# すこやか北星



須賀川市立第二小学校

平成30年度 NO.2

平成30年5月25日(金)

電話 75-3356

FAX 73-2581

## 頑張る子どもたちの姿に、感動！～運動会～



開会の言葉（1年生）

開会の言葉ではなかったでしょうか？入学して1か月にもかかわらず、元気にハキハキと言えた姿に驚きました。そして、団長を中心に気合の入った紅白の応援合戦。さらに、指先まで意識が行き届いた手本にふさわしい6年生高橋真惟さんのラジオ体操の演示など数え切れません。中でも5・6年が行った各係の子どもたちの動きは、きびきびとしていて気持ちがよかったです。小学校最後の運動会となる6年生の活躍は、子どもたちのよき思い出と自信につながるばかりでなく、下級生の良き手本となって引き継がれていくものと嬉しくなりました。

このような運動会が実施できたのは、子どもたちの頑張りはもちろんですが、温かな拍手と声援をおくってくださった来賓の皆様、地域・保護者の皆様、前日の準備から献身的にお手伝いをしてくださったPTAの役員、厚生給食委員会の皆様等々、たくさんのご協力があったからです。心から感謝申し上げます。

12日（土）、好天のもと、多くの来賓の方々や保護者・地域の方々にお越しいただき、運動会を実施することができました。

今年の運動会のスローガン「がんばろう だれもが輝く 一番星」のとおり、一人ひとりの児童が精一杯演技し、仲間とともに応援し輝いてくれました。

感動の始まりは、開会式での1年生の



応援合戦（白組）



高橋さんのラジオ体操演示



ダンス「ドラえもん」(1・2年)



よさこいソーラン(3・4年)



鼓笛行進(5・6年)

## 特設合奏部・陸上部の練習がスタート

運動会が終わり、放課後を使っての特設合奏部・特設陸上部の練習が本格的にスタートしました。まだ練習を始めたばかりですが、特設陸上部は6月2日（土）に開成山陸上競技場で開催される「小学生陸上交流大会」に参加します。

子どもたちには、特設活動を通して、自分の得意分野を伸

ばしたり、努力することの大切さやみんなで協力し合うことのすばらしさを感じてほしいと思っています。

参加する大会やコンクールの日程が分かり次第お知らせしますので、頑張る子どもたちの姿を、ぜひ応援してください。



特設合奏部の練習



特設陸上部の練習

## 「よりよい生活習慣を身に付けさせる」ために

「子どもにより良い生活習慣を身に付けさせたい。」

どのご家庭でもその必要性を実感し、何かしらの実践をしているのではないのでしょうか。しかし、実際には簡単には変えられないのが習慣です。

例えば、4月から取り組んでいる「あいさつ運動」ですが、ご家庭での子どもたちのあいさつに変化は出てきているのでしょうか？習慣を変えるには、少しずつの変化を認めながら根気強く励まし取り組んでいくことと考えて今も指導を続けています。

さて、学校では、早寝早起きなどの生活習慣を見直すために、「生活リズムカード」を使った取組をはじめました。その中で特に気になっていることが、昨年度の取組の結果から判明した『就寝時刻が遅い』ということです。

日本の子どもは、世界の中でも睡眠時間が短いと言われていますが、本校の子どもたちも同様です。ご家庭の考えや願い、子どもの意向などがありますので、一律の目標を掲げることは不適當であると考えておりますが、子どもに必要な睡眠時間について理解していただくことも大切と考えます。

アメリカの調査によれば、6歳から13歳の子どもに必要な睡眠時間は「9時間から11時間」だそうです。9時間の睡眠を確保するには、朝6時の起床とすると、夜9時には就寝ということになります。11時間の睡眠となると、これを実現することはかなり難しいと思います。しかし、睡眠不足は、医学的な見地から「肥満になりやすい」「記憶の定着が悪くなる」「イライラしやすくなる」「免疫力が低くなる」などの弊害があると言われています。

子どもの健やかな成長のためには、就寝時刻の現状から実現可能な就寝時刻を決め、徐々に理想の睡眠時間に近づけていくしかありません。「早寝・早起き」について、子どもたちと一度を話し合っ実践していくことも必要と考えます。