

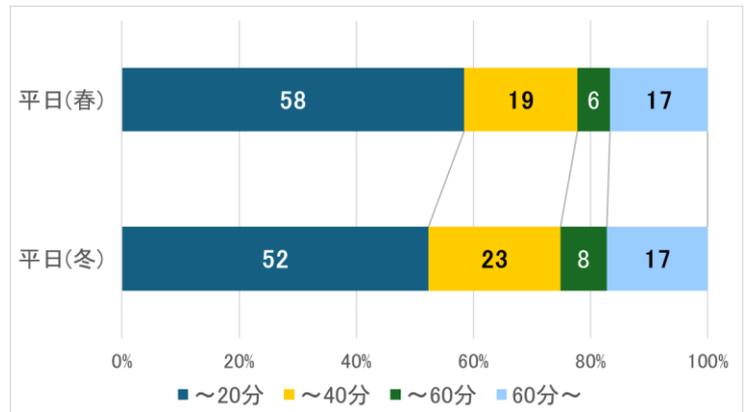


学校教育目標
『笑顔いっぱい輝く子』

白糸小 体育部
No.9
2024年12月18日

1 運動習慣が身に付いてきました

しらいとレッチのプログラムが始まって、9か月が経とうとしています。この9か月の中では、6年生がNew しらいとレッチを考えたり、しらいとレッチコンテストに熱心に参加したりしました。こどもたちが積極的に取り組み、お家の方の励ましも合って、少しずつ平日の運動時間が増えていることが分かりました。(右図より)



平日の運動時間が20~40分の割合が、

春に比べて+4%、40~60分の割合が、春に比べて+2%となり、日々の生活の中で運動を取り入れようとしていることが分かりました。また、こどもたちにアンケートをしたところ、しらいとレッチが始まって、下校後の生活が変わったと答えた子が、全校の6割いました。どのように変わったか聞いてみると、「家族と会話をする機会が増えた」「ストレッチをして、寝る時間が早くなった」と答えた子が多くいました。継続は力なりという言葉があります。冬休み中は寒くて、家の中で過ごす時間が多くなると思います。年末年始に集まった家族や親戚のみなさんと、しらいとレッチコンテスト挑戦してみるのはいかがでしょうか？冬休み中の運動不足解消にもなるかと思います。ぜひ続けて実施してみてください。

2 風の子マラソン すてきな時間になりました♪

12月4日(水)に、風の子マラソンが予定通り実施されました。11月から始まったマラソン練習では、全校で多くの子が熱心に取り組み、マラソンカードをコンプリートした子が、36人もいました。コンプリートしなかった子も、毎回の練習であきらめずに、最後までやり抜くことができました。その努力の成果が、当日の走りにも見られました。また、走っていない学年から「がんばれー」と温かな応援がありました。みんなで達成感を感じられ、温かな風の子マラソンになり、笑顔いっぱい輝く時間になりました。当日、学校に来てくださった保護者・地域の皆様ありがとうございました♪

