

令和5年度 2月号
熊谷市立玉井小学校
児童数404人(1月26日現在)
TEL 532-3986
FAX 530-1248

玉 井 の 井

URL <http://www.tamai-e.ed.jp/> E-mail ta001@tamai-e.ed.jp

<学校教育目標>

自立 貢献

「体づくり」は「頭づくり」と「心づくり」の源 ~体力について考える~

校長 小林 淳志



2月4日は「立春」、暦の上では「春」が始まります。立春の時期は気温こそまだまだ低いです。冬至の頃より日の出は約10分早く、日の入りは約40分遅くなっています。昼間の時間が50分ほど長くなっているようです。そういえば、校庭の木々に目を配りますと、確かに 蕾が大きくなってきています。木々たちも春を感じ、芽吹くことを心待ちにしているのでしょう。

さて、本校の子供たちと言え、寒さに負けることなく、朝や休み時間に元気いっぱい体を動かしています。「元気があれば何でもできる!」という有名なフレーズがありますが、まさに「体力」は生命活動の源です。実は近年、この「体力」と「学力」の関係が注目されています。



スウェーデンの精神科医アンデシュ・ハンセンの著書「運動脳」によりますと、運動(主にランニング)のもたらす効果は大きく4つあるそうです。

①は「**脳の老化防止**」です。脳の中で人間の記憶をつかさどる「**海馬(かいば)**」という部分がありますが、運動によって刺激を受けることで「海馬」が成長することが確認されています。②は、「**集中力アップ**」です。運動すると「**ドーパミン**」という神経伝達物質の分泌が促進されるそうです。この「ドーパミン」は集中力を高める効果があります。つまり、①②の**記憶力と集中力の向上**により、**より多くの学習内容を脳に定着**することができたことが明らかになっているそうです。③は**ストレス軽減**です。人間の脳にある海馬はストレス反応を緩和してくれる役割を持っているそうですが、この海馬の細胞はストレスホルモンに多くさらされると、死んでしまうそうです。しかし運動することで、ストレスホルモンである「**コルチゾール**」の分泌量が減ることが確認されています。そして④は「**うつ**」の改善です。運動によって「**BDNF(脳由来神経栄養因子)**」が多く分泌されるそうです。このBDNFは最強の脳物質と呼ばれ、脳細胞が傷つくことを防いだり、新しい脳細胞の成長を助けたりするのだそうです。このおかげで、うつ病を予防し、気持ちが晴れやかになるそうです。まさに、**体づくりが頭づくりや心づくりの源**になっているといっても過言ではない気がします。

過日、本県の今年度の新体力テストの結果が公開され、本校の体力の実態も明らかになりました。新体力テストから見る本校の体力の現状は、本県の結果と比較すると、種目では「50m走」「立ち幅跳び」「ボール投げ」、学年では3年生と5年生、そして女子よりも男子の方が全体的に課題があることが分かりました。本校の伝統と誇りである「長なわ(なわとび)」や校庭の「ランニング」は跳躍力や走力の底上げにぴったりです。ちょうど今も「マラソンチャレンジ」は継続していきまして、100周達成ごとに校長から賞状を授与しています。この寒い冬だからこそ、元気に運動を続け、春には体力も学力も徳力も大きな花を咲かせられるといいなあと思っています。



ご連絡

本校では、令和6年度に中校舎の全面改修を予定しており、それに合わせて教室の移動や職員の駐車場の確保等が課題となっています。現在のところ、校舎改修の開始に合わせ、職員の車の出入りを正門にしなければならず、職員の出勤時刻と児童の登校時刻が重なることで車の出入りと児童の動線が重なることが心配されます。児童の安全を考えると、少しでも職員の出勤時刻と児童の登校時刻のピークをずらす必要があります。

そこで来年度以降、児童の登校時刻を今年度の7時40分から10分遅らせ、**7時50分**にする予定です。ご承知おきください。

ご報告

本校のこれまでの取組「外国人親子への支援と地域住民とのつながりづくり(多文化理解促進、言葉の壁、心の壁をなくす取組)」が評価され、このたび令和5年度「埼玉・教育ふれあい賞」を受賞することができました。

地域や保護者の皆様のご支援、ご協力のおかげです。ありがとうございました。



つくり、つくりかえ、つくる ~つくりだす喜びを~

図画工作科主任

図画工作科では、題材ごとに作品や活動をつくりだすという特徴があります。作品や活動は、表現した人そのものの表れです。作品や活動をつくりだすということは、かけがえのない自分を見いだしたり、つくりだしたりすることです。単に上手に絵がかけるとか手先が器用ということではなく、人と異なることがよく、いろいろな正解がある素敵な教科だと思えます。

子どもたちは、つくる過程そのものを楽しむ中で「つくり、つくりかえ、つくる」という、学びの過程を経験しています。一度つくって満足することもあります。つくっている途中で考えが変わってつくりかえることもあります。次々に試したり、前につくったものと今つくりつつあるものの間を行きつ戻りつしたり、再構成をしたり、思ったとおりにならないときは考えや方法を変えたりして、実現したい自分の思いを大切に活動しています。授業では、このような学びの過程を子どもたち自身が実感できるように意識しています。

他教科で考える学習をしているように、図工も考えることのない授業は成り立ちません。「つくり、つくりかえ、つくる」つくりだす喜びを感じることは、自分の「生きる力」に直接関わってくる大切な力でもあります。

これからも作品や活動に込められた思い、その人らしい色や形の美しさの表現が楽しみです。ぜひ、ご家庭でもどんな思いが込められているか話題にしてみてください。



3月の主な行事予定

1日	(金)	巣立ちの会 委員会 第2回学校体育施設開放運営協議会 特別日課5時間
4日	(月)	特別日課5時間
6日	(水)	4時間授業 通学班会議 一斉下校 SSW 来校日
8日	(金)	表彰朝会 送別サッカー大会
11日	(月)	特別日課5時間
12日	(火)	特別日課5時間 SC 来校日
13日	(水)	特別日課5時間
14日	(木)	特別日課5時間
15日	(金)	4年生以上6時間
18日	(月)	卒業式予行
19日	(火)	小中あいさつ運動
21日	(木)	6年修了式 5年卒業式準備(5校時) 給食最終日(4時間授業)
22日	(金)	卒業式(1~4年 臨時休業日)
25日	(月)	3時間授業 6年臨時休業日
26日	(火)	修了式(ゆりひま、1~5年)3時間授業 一斉下校 6年臨時休業日
27日~31日		学年末休業日(4/1~7日 春季休業日)

※ 予定なので変更になる場合があります。