



# 元気よく かかわる子



健康な心と体づくりを目指してきました

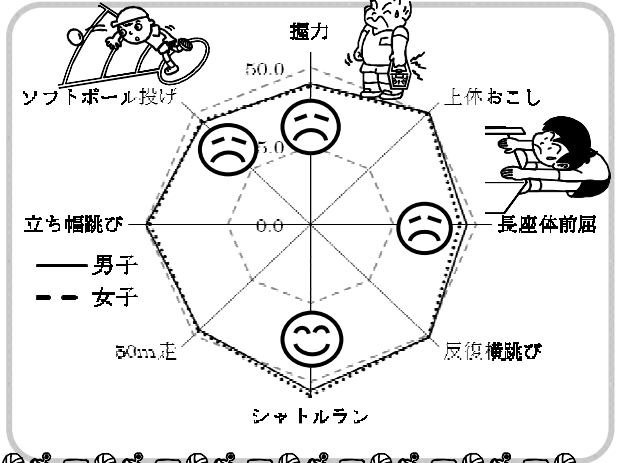


めあてに向かって運動に取り組む！  
 学習カードを工夫して、めあてをはっきりさせてきました。できるようになる楽しさを味わうことによって、進んで運動に取り組むようになっていきます。業間休み(20分休み)のマラソンや縄跳びも、その一環として、全校でとりくみました。



**体力テストを実施** ~ 握力・投力・柔軟性のアップを！~  
 毎年行う体力テストですが、本年は、縦割り班で行いました。上級生が下級生の運動の補助や計測をしながら、みんな真剣に取り組みました。

どの学年も、持久力がついてきています。反面、握力・投力・柔軟性の強化が必要です。2学期に各学年で体育の時間・休み時間に強化できるよう工夫してきました。体育館の鉄棒も例年より早く設置し、握力の強化に一役買いました。



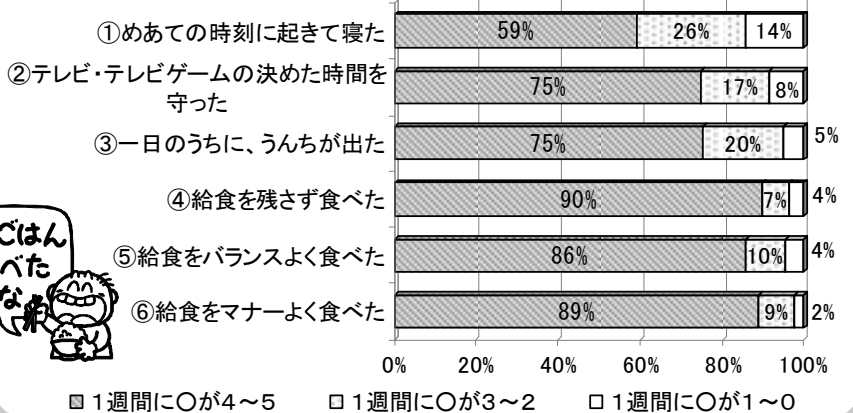
## いきいき健康週間の実施

毎学期、ご協力をいただいて実施してきました。ありがとうございました。

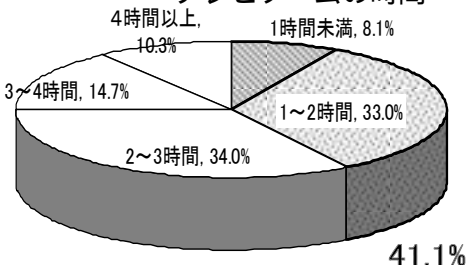
テレビの視聴(ゲーム含)睡眠時間、さらには読書・家庭学習に至るまでの家庭での時間の配分について考え直さなければならぬ子どもが多くいるように思います。ちなみに、医学的に1日にテレビやゲームなどの映像を観る時間は、2時間が限度だそうです。



### 3学期 いきいき健康週間集計結果 全校



2学期児童アンケートより  
 1日当たりのテレビ等の視聴や  
 テレビゲームの時間



### 課題

各個人が、自分の苦手な種目を知って、その克服のめあてを明確にして運動することが大切です。帰宅から就寝までの生活時間の見直しと、テレビ視聴の時間を減らし、睡眠時間・学習時間の確保が大切です。一層の家庭との連携が必要です。

