



かめっ子

学校だより 6月号
令和6年 6月3日
足立区立亀田小学校
校長 大井 欣一

発達段階～身体面～

校長 大井 欣一

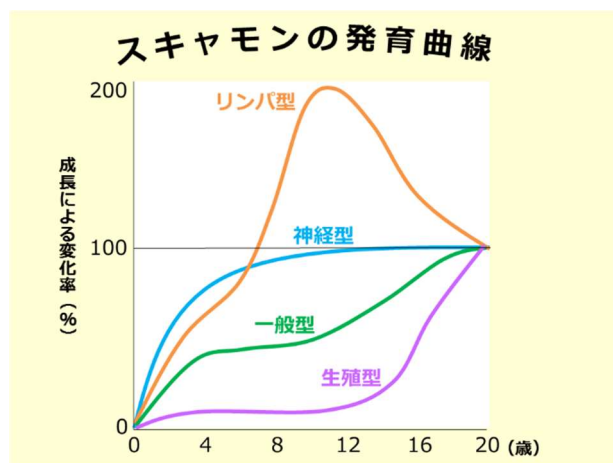
毎朝1年生、2年生の子供たちが、アサガオやミニトマトの世話を頑張っています。水やり、雑草抜き…。植物は生命体ですので、成長させるためには、どの時期に、何を、どのように世話をすることが大切です。人間も生命体ですから子供たちの発達段階を考え、どの時期に何を鍛え、高めていくかが重要なポイントになります。それは、学習の面、心の面、身体の面でも同じです。

身体面でいいますと、スキャモンという学者が身体の発達を調査・研究し、4つに分類されることを発表しました。それが有名なスキャモンの成長曲線です。それによると、まず体を守るためのリンパ系型(防衛体力の一つ)が発達し、次に神経系型が発達します。ですから、小学生段階では持久力や筋力を高めるよりも、巧みさ、素早さ、器用さ、柔らかさなどを高める方が効果的な時期なのです。

昔の子供たちは基本的な身体の動き方を日常の生活や多様な遊びの中で自然に身に付けていったのですが、現代の子供たちにそれを期待するのは難しい状況です。ですから、意図的に身に付けられる場を設定することが必要です。

本校では、5月末から全校で体力テストを実施しています。そして、その結果をもとに体力向上計画(どの領域に重点をおくのが効果的か)を立て、各学年の体育の学習内容を改善したり、体力向上の取組(縄跳び、持久走旬間など)を工夫したりしています。しかし、体力・運動能力を向上させるためには食事、睡眠、規則正しい生活習慣を定着させていくことも重要です。学校だけの取組では、実現させることはできません。これからも家庭、地域と学校が連携しながら子供たちの体力・運動能力を向上させていきたいと思っています。

1～3年生の保護者の皆様には、体力テスト意識調査に必要事項をご入力いただきます。ご協力をお願いします。



【飲み物について】

水筒の中身は水やお茶としていましたが、気温が高くなってきましたのでスポーツドリンクを入れてきても結構です。

期間は6月3日～運動会の終了する日(11月4日)までとします。