

	北波多小学校 学校だより4号	北波多小だより	令和7年5月9日発行 文責 校長 川原 悟
---	-------------------	---------	--------------------------

気持ちのいい挨拶で気持ちのいいスタートを！

毎週木曜日の朝、生活・放送委員会による“あいさつ運動”が体育館前で行われています。委員会の子供たちは、いつもより早めに登校し、そして登校してくるみんなを挨拶で出迎えてくれています。

朝から子供たちの気持ちのいい挨拶を聞くだけで、今日も頑張ろうという気持ちになりますし、中には、立ち止まって挨拶をしてくれる子供たちの姿もあり、嬉しく思います。だからこそ、まずは“自分から”という思いを大切に挨拶することを心がけてくれたら、お互いに気持ちのいい一日を切ることにつながるのではないかと思います。今後も続けて頑張っ



スポーツテストで異学年交流！

スポーツテスト（新体力テスト）は、子どもたちの体力の状況を把握するとともに、日常生活における運動習慣及び基本的な生活習慣などの状況を把握し、その改善を通して、体力・運動能力を向上させることを目的として全国で実施されており、毎年1学期に実施しています。

昨日は、天候も良く、全校でスポーツテストを実施することができました。全部で8種目を実施します。下級生の子供たちには、記録を取ったり、やり方をうまくつかめなかったりと難しい面もあるため、上級生が下級生をお世話しながら実施してくれました。上級生にとってみれば、スポーツテストを通して、下級生を思いやる気持ちを自然と育むことに繋がり、下級生はそのような上級生の姿が良い学びとなるはずで



運動習慣も大切ですが、食事や睡眠といった生活習慣も体力と大きく関わっています。特に朝食は、様々な生活活動の源であり、「朝食を毎日食べる」と回答した児童生徒は、運動時間が長く、体力が高い傾向にあります。また、睡眠時間についても、同様の傾向がみられています。ご家庭でも規則正しい生活習慣が送れるようご協力ください。

（令和6年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書）

