

すくすく みごちっこ

与謝野町立三河内小学校
研究推進だより
令和5年10月6日



朝マラソン

気づきを行動につなげ、生き生きと学び続けるみごちっ子の育成
～学校における「つながり」、家庭・地域との連携を通して～

いよいよ、2学期が始まりました。子ども達は、マラソン大会に向け朝マラソンの取組をがんばっています。2学期は、1学期の振り返りを生かしながら、健康安全教育に関わる取組をたくさん実施する予定です。

9月に実施した健康安全教育に関わる取組を紹介します。

〈校内安全マップ〉



三河内小学校の『安全マップ』を作ろう！

三河内小学校の安全について、子ども達の視点から考えようと、1学期の終わりに校舎内で気を付けたい場所を子ども達が探しました。子ども達から集まった意見を校内安全マップにまとめて掲示しています。また、校庭の校内安全マップについては、廊下に掲示した地図に子ども達がシールを張り、作成中です。



校舎内には、安全マップで分かった危険な場所にカードが張られています。子ども達はこのカードを探しながら楽しく安全について学んでいます。また、なぜここに貼ってあるのだろうと、その場所が危険な理由を考える姿も見られます。



子ども達は、池の周りに危険を感じているようです。

〈すこやか朝会・みごちっこタイム〉

『ストレッチの重要性』8月30日

今回のすこやか朝会では、マラソン大会などの体育行事に向けて、ストレッチの重要性について考える時間としました。昨年度より朝マラソン開始の1週間前から朝ストレッチに取り組んでいました。今年度は、ストレッチの重要性やストレッチの種類なども子ども達に伝えました。次の日に行ったみごちっこタイムでは、椅子に座ってできるストレッチを行い、朝マラソンに向けて体の準備を始めました。

今回取り組んだストレッチは、短い時間で、簡単にできます。お子様にどのようなストレッチか聞いていただき、ぜひ、ご家庭でも親子で一緒に挑戦してみてください。



動かす ストレッチ
体を動かしながら、筋肉を伸ばす。
★体を温めて動きやすくする。

静かな ストレッチ

ゆっくりと呼吸しながら筋肉を伸ばす。
★疲れを取りリラックスできる。

運動前に
やってみよう！

運動後や
おふろあがり
にやってみよう！