

## 学園小学校 学校だより



### 1学期も1か月が過ぎました！

4/14（月）に1年生から6年生の255名全員が集まって全校朝会がありました。1か月の間に1年生は給食が始まり、連休明けから5校時授業もスタートしました。大変盛りだくさんの1か月で子どもたちも少し疲れ気味かもしれませんが大型連休で十分休めたのではないのでしょうか。1年生も5校時授業が始まり、次の5/31の運動会に向けての取り組みもスタートしております。1日1日をしっかりと過ごすためにも、「**早寝・早起き・朝ごはん**」は重要です。これについては、ご家庭で取り組んで頂けなければならないことですので、よろしくお願いいたします。

### 学園の子どもたち★

この1か月ほどの子どもたちの様子を紹介します。



4/17 全国学力学習状況調査(6年)



4/21 1年生の給食のようす



4/23 1年生を迎える朝会



4/26 参観日(もみのき・くすのき)



体育館で全校音楽♪



5/2 交通安全教室♪



5/9 3年生環境体験学習

自己紹介♪



みんなで弁当♪



お楽しみあそび♪



## 5/9 のびのび活動♪縦割り活動(1~6年)

### 「心技体」…その次は？（校長の独り言）

心（精神力、メンタル）、技（技術、テクニック）、体（体力、フィジカル）の3要素がバランス良く整っている状態を指す言葉で、武道やスポーツの世界でよく使われ、最高のパフォーマンスを発揮するために重要視されます。

もちろん武道やスポーツの分野だけでなく、様々なところで使われる言葉ですが、今の時代、「心技体」だけでは最高のパフォーマンスを発揮できないといわれています。ではこの「心技体」の次に大切なことは何でしょうか？

ずっと活躍や様々な話題が続いているロサンゼルス・ドジャースの大谷翔平選手ですが、高校時代からずっとこの「心技体」ともう一つ「あること」を大切にしてきたそうです。それは「生活」だそうです。

「生活」…あまりピンときませんが、生活のリズムが狂ってしまうと体調が悪くなったり、寝不足になったりします。生活習慣を大切に考えないと将来、大きな病気になることもあります。生きていく上で「しっかりと考えなければならないこと」の一つであることは間違いありません。

さらに、大谷選手の習慣で、「球場のごみを拾う」「ベンチやロッカーをきれいに使用する」などがアメリカメディアに「素晴らしい」「礼儀正しい」と取り上げられています。高校時代の監督に「人の落とした運を拾う」という教えから始めた行動ですが、今となっては「当たり前のことを当たり前にする」行動になっているそうです。

「心技体」武道やスポーツの試合、大会でパフォーマンスを発揮するとき、それぞれの要素が必要になってくるとは思いますが、そのパフォーマンスを発揮する場面のもと「生活」ではないでしょうか。普段の「生活」の延長線上に、様々な場面…学校やスポーツ、発表会…があるはずで

「生活」といっても簡単に変化させられるものではありませんし、「習慣」は1日2日ではなかなか身につかないものです。子どもたちがグングン伸びる小学校時代に大人がしっかりと考えて、行動させていかなければならないのではないのでしょうか。もちろんすぐにできる、身につくものではありません。「言っても、言っても…」と思うこともあるでしょうが、少しずつ少しずつ成長を期待することが子育てだと思



では何から始めたら…？まずは保健のプリントにもあったように、「早寝・早起き・朝ごはん」から始めてみてはいかがでしょうか。

子どもたちの素晴らしい未来のために共に頑張りましょう。