



# 学校だより

令和4年10月14日 NO.31

尼崎市立金楽寺小学校

校長 中根 孝介



…「スポーツの秋」…



気候がよい秋のこの時季は、「スポーツの秋」でもあります。ところどころに秋らしい雲もみられるようになった運動場では、子どもたちの笑顔が広がります。休み時間は、鬼ごっこ、ボール投げ、バスケットボール、遊具…と遊び方は様々です。体育の時間には、動き方や作戦を工夫しながら、運動する姿が見られます。

体を動かすことは、健康につながってきます。人は、適度な運動と栄養バランスのとれた食事、適切な休養（睡眠）によって、健康が増進すると言われています。体を動かすことは、スポーツだけに限りません。お手伝いをしたり、階段を上り下りしたりすることがよい運動にもなります。運動やお手伝いなど、習慣化できるようご家庭とも連携して子どもたちに取り組みでいきたいと思ひます。

## <すぐ近くにいる「〇〇名人」>

先日紹介した「あいさつ名人」「なわとび名人」以外にも、金楽寺小学校には、いろいろな名人がいます。今回紹介するのは、6年生の「バランスボール名人」です。「バランスボール名人」は、何と10分以上もバランスボールの上に座っていられるそうです。「座っている」と言っても、両足を床から離した状態なので、すごいバランス力です。体幹もよいのでしょう。話を聞いて、すぐにバランスを崩してしまう自分もちょっと続けて練習してみようかなと思ひました。

めいじん、  
はっけん!



## <尼崎市小学校連合体育大会（6年生）>

10月12日（水）にベイコム陸上競技場で、尼崎市内6年生による小学校連合体育大会が開かれました。長い歴史があるので、各ご家庭でもご家族の中に「出場したことがある」という方がおられるかもしれません。コロナ禍で、2年続けて中止となっていました。今年度からは、規模を縮小し、午後からエントリー制での開催となりました。種目は、男女混合400mリレー（100×4）、走り幅跳び、ソフトボール投げ、40mハードル走の4種目です。金楽寺小学校からは、希望者の中から各種目、校内選考を経て、混合リレーが2チーム（8名）、個人種目が男女各2名、合計20名の子どもたちが出場しました。出場しない子どもたちは、教室で5校時の学習をした後の下校となりました。

出場した子どもたちは、毎朝の練習の成果を出そうと精いっぱい競技しました。広い競技場での大会で、「緊張した～」と言って、児童席に戻ってきた子もいますが、みんな笑顔でした。競技場内では一定の範囲内で移動してもよかったので、競技している近くで応援したり、他の学校の子もたちとも交流したりしながら、楽しく観覧できました。

他の学校の子もたちとも競い合い、どの子もよい経験、よい刺激になったと思ひます。