

# 桜木小だより

大宮区桜木町4丁目328番地9 電話641-0276 学校HP URL <http://sakuragi-e.saitama-city.ed.jp/>

## 学校教育目標

ちからいっぱい

やさしく かしこく たくましく

## 体力と心を育む日々の運動

校長 茂呂 宏幸

寒さが一段と深まり、春の訪れが待ち遠しい季節となりました。そのような中、学校では子どもたちが毎日元気に学び、そして成長を続けています。

さて、令和7年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査（新体力テスト・5月実施）」の結果が公表されました。今年度は、全国的に体力合計点が昨年度よりも向上し、特に中学生男子ではコロナ禍前の水準に近づいているようです。一方で、小学生や中学生女子では、依然として持久力や投力などの種目で課題が見られ、体力の回復にはもう少し時間が必要な状況です。また、同時に実施された質問紙調査からは、運動習慣や生活リズムが体力に大きく関係していることが明らかになりました。週に3日以上運動している児童生徒や、「運動が好き」と答えた子どもたちは、体力合計点が高い傾向にあり、さらに、十分な睡眠や朝食の習慣も、体力の向上に良い影響を与えていることがわかっています。

桜木小においては、学年ごとや種目別での傾向はあるものの、全国や県の平均と比べて全体的に数値が低く、男女ともに握力・ボール投げ・上体起こしなどに課題が見られました。

本校では今年度、子どもたちの体力向上のため、普段の体育の授業はもちろんのこと、業間時間を活用し、年間を通じて運動に親しめるようさまざまな取り組みを行っています。たとえば、鉄棒キャンペーンでは、技の習得や苦手な技を克服するために運動委員や得意な子、教員が支援を行い、長縄キャンペーンでは、学級ごとに八の字跳びの回数を競い合いながら、楽しんで体を動かす機会をつくりました。また、ランランタイムでは、上学年・下学年に分かれて持久走（時間走）に取り組みました。さらに、学校経営を支える教育活動の一つとして運動会を位置づけ、子どもたちの『体育』に関する意欲を引き出す工夫をしながら、全校が一丸となって体育行事に取り組んだり、『早寝早起き朝ごはん』の推進や食育・健康教育にも力を入れたり、子どもたちの健やかな心と体を育てています。

しかし、子どもたちの体力をより一層高め、日常的に体を動かす習慣を身につけていくためには、学校での取組に加え、ご家庭や地域の皆さまのご理解とご協力が欠かせません。

そこでぜひ、ご家庭でもお子さまと一緒に体を動かす時間をつくってみたいはいかがでしょうか。たとえば、お休みの日に親子で会話を楽しみながら近所を散歩したり、軽くジョギングしたりするだけでも、体力づくりに効果的です。歩きながら学校での出来事を聞いたり、季節の移り変わりを感じたりすることで、家族のふれあいの時間にもつながります。

そのほかにも、ラジオ体操やストレッチ、縄跳び、キャッチボールなど、ちょっとした時間のできる運動もおすすめです。無理なく、楽しく、続けられることが何より大切です。

今後も本校では、体育の授業や遊び、各種キャンペーンの充実を図るとともに、子どもたちが運動の楽しさを実感し、自ら進んで体を動かすことができるような環境づくりに努めてまいります。また、地域の行事やスポーツ活動との連携を深め、子どもたちが多様な運動体験を積めるような機会の提供にも取り組んでいきたいと考えています。

寒い季節ではありますが、体を動かすことで心も体もぼかぼかになります。これからも、学校とご家庭が一緒になって、子どもたちの健やかな成長を支えていきましょう。

自校平均値と全国平均値（R6）との比較一覧表

項目	性別	男子								女子							
		握力平均	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	握力平均	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
1年生	自校平均	8.32	10.95	25.38	27.43	16.36	12.01	135.43	6.76	7.84	10.68	29.89	27.05	13.74	11.92	130.08	4.97
	全国平均	8.92	11.62	26.42	27.23	17.95	11.59	116.02	8.34	8.42	11.07	29.06	26.35	15.29	11.95	108.22	5.69
	比較	×	×	×	○	×	×	○	×	×	×	○	×	×	○	×	×
2年生	自校平均	9.34	14.58	29.12	29.67	26.61	10.48	134.78	10.84	8.10	12.28	33.15	27.58	17.44	11.41	119.39	6.44
	全国平均	10.47	14.20	28.41	31.06	27.26	10.69	126.53	11.80	9.95	13.18	30.94	29.57	21.30	11.07	117.90	7.37
	比較	×	○	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
3年生	自校平均	10.70	15.47	26.47	31.70	35.80	10.09	133.58	14.00	10.88	14.36	32.54	30.00	27.41	10.43	122.77	9.74
	全国平均	12.36	16.19	30.41	34.52	34.85	10.19	135.44	15.05	11.65	16.12	33.18	32.92	27.59	10.43	128.02	9.47
	比較	×	×	×	×	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
4年生	自校平均	11.14	17.17	28.58	34.70	38.62	9.77	141.68	14.82	11.23	18.23	32.23	34.95	31.51	10.04	133.43	10.77
	全国平均	14.30	18.17	31.87	39.07	43.71	9.70	145.59	18.95	13.58	17.10	35.17	37.08	33.63	10.04	136.04	11.57
	比較	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	×
5年生	自校平均	14.11	18.70	32.04	39.91	49.41	9.16	149.11	18.80	14.46	18.64	39.57	39.38	40.49	9.42	148.60	12.34
	全国平均	16.09	19.81	33.41	42.07	50.51	9.38	154.01	21.67	15.99	18.86	38.34	40.38	40.01	9.64	145.38	13.56
	比較	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	×
6年生	自校平均	16.94	23.06	36.34	46.23	65.38	8.77	165.57	26.06	16.66	19.35	37.75	43.49	44.85	9.12	144.37	13.63
	全国平均	19.31	22.45	36.48	45.91	59.96	8.90	166.56	25.67	19.36	20.15	41.21	42.95	45.55	9.24	155.61	15.68
	比較	×	○	×	○	○	○	×	○	×	×	×	×	×	○	×	×

(R7年度 新体力テスト調査結果より)

## 2月行事予定

### 各学年の授業時数

1	日	行事	各学年の授業時数					
			1年	2年	3年	4年	5年	6年
2	月	学級の時間 桜木子ども広場 学校給食費振替日 (12月分)	5	5	5	5	5	5
3	火	お話朝会 スクールロイヤー特別講座 (4年)	5	6	6	6	6	6
4	水	さくらタイム 大宮アルディージャ・スクールキャラバン (2年) 委員会⑩	5	5	5	5	6	6
5	木	朝読書 年長児交流会 (1年) すこやかフォーラム⑩15:30~	5	5	6	6	6	6
6	金	感謝の会 SSN 会議 保幼小連絡協議会	5	5	5	6	6	6
7	土							
8	日	衆議院選挙 (本校投票所)						
9	月	基礎基本 金融教育 (5年)	5	5	5	5	5	5
10	火	学級の時間 図書委員読み聞かせ (1・2年) 代表委員会 スマイルタイム⑩	5	6	6	6	6	6
11	水	建国記念の日						
12	木	朝読書 水曜日課 (水曜日時程で授業は水曜日の内容) タブレット端末入替作業①	5	5	6	6	6	6
13	金	さくらタイム タブレット端末入替作業② SC, SSW	5	5	5	6	6	6
14	土	桜木子ども広場 桜木公民館文化祭【吹奏楽部 9:30~演奏】						
15	日							
16	月	基礎基本 桜木子ども広場 SSW	5	5	5	5	5	5
17	火	音楽朝会	5	6	6	6	6	6
18	水	さくらタイム クラブ⑩ 3年クラブ見学 教育相談日	5	5	6	6	6	6
19	木	朝読書 学校運営協議会③	5	5	6	6	6	6
20	金	さくらタイム 全学年5時間授業・14:25下校 授業参観・懇談会 (4・5年) SSW	5	5	5	5	5	5
21	土							
22	日							
23	月	天皇誕生日						
24	火	お話朝会 SSW	5	6	6	6	6	6
25	水	さくらタイム クラブ⑫	5	5	5	6	6	6
26	木	朝読書 全学年5時間授業・14:25下校 授業参観・懇談会 (6年) 天体観望会 18:30~	5	5	5	5	5	5
27	金	さくらタイム 全学年5時間授業・14:25下校 授業参観・懇談会 (1・2・3年、さく) SC, SSW	5	5	5	5	5	5
28	土	桜木子ども広場						

### ○下校時間について

日課表と異なる場合のみ、行事予定にて下校時間を示しています。それ以外の日は、日課表で示した下校時間となります。  
 【月・火・水・金】5時間：14：40下校、6時間：15：30下校  
 【木】5時間：13：55下校、6時間：14：45下校

### ◆長縄跳びが繋ぐ「たくましさ」と「思いやり」

3学期が始まり、校庭には元気な声が響いています。本校では体力向上の取組として、多くの学年で長縄跳びに挑戦しています。休み時間や体育の時間には、自然と友達同士で声を掛け合い、回数を数えながら意欲的に取り組む姿が見られます。

#### \*教職員による実技研修

活動をより充実させるため、昨年末には教職員による校内実技研修を行いました。発達段階に応じた指導内容 (通り抜け、8の字跳び、むかえ跳び、ダブルダッチ など) を確認し合い、子どもたちの挑戦をしっかり支えられるよう準備を整えました。教師自身が動きを体感することで、声かけや立ち位置、縄の高さや速さなど、細かな指導の工夫も共有することができました。

#### \*「回し手」が生み出すチームの力

この取組で大切にしているのは、「回し手」の存在です。跳ぶ回数だけでなく、みんなが跳びやすいリズムをつくる回し手の工夫や思いやりこそが、チームの力を引き出します。記録が出たときには、まず回し手を称えることも、子どもたちに伝えている大切な価値です。友達のために力を尽くす姿が、学年や学級の温かな雰囲気づくりにもつながっています。

#### \*業務改善が支える教育活動の質の向上

また、こうした取組を支えているのが業務改善によって生まれた時間とゆとりです。教職員がじっくり指導や研修に向き合えることが、子どもたちの「健やかな体」と「豊かな心」につながっています。日々の授業や生活指導にも、こうしたゆとりがよい循環を生み出しています。

#### \*未来を切り拓く力を育て

これからも、長縄跳びのように仲間と息を合わせる活動を通して、子どもたちが互いを認め合い、支え合う経験を積み重ねていけるよう取り組んでまいります。そして、桜木小学校のグランドデザインに掲げる「自分で未来を切り拓く力と豊かな人間性」を、日々の教育活動の中で着実に育ててまいります。

## 2月の生活目標 ◎元気に運動しよう

### — お知らせ —

#### ■児童用タブレット端末の入替に伴うタブレットの持ち帰りについて

1月13日配布の「iPad 利用開始までのWindows 端末の持ち帰りのお願ひ」にごさいますように、2月9日 (月) ~ 3月18日 (水) の期間においてタブレットと充電ケーブルの持ち帰りを開始する予定です。ご承知おきください。

#### ■2月18日 (水) 3年生クラブ見学に伴う下校時間の変更について

次年度からのクラブ活動実施に向け、3年生がクラブ見学を行います。下校は、クラブ見学終了後、15:30頃となります。

#### ■授業参観・懇談会について

以下の日程で3学期の授業参観・懇談会を実施いたします。

- ・2月20日 (金) 4・5年生
- ・2月26日 (木) 6年生
- ・2月27日 (金) 1・2・3年生、さくらんぼ学級

3日間とも全学年5時間授業 (5時間目までは通常日課で実施、掃除なしで下校) とし、下校時間が14:25に変更となります。ご承知おきください。ご来校お待ちしております。

※2/26 (木) は、木曜日時程ではなく、14:25下校となります。

#### ■2月26日 (木) 天体観望会について

今年度も4年生~6年生を対象に天体観望会を実施いたします。

さいたま市青少年宇宙科学館の職員が来校し、天体望遠鏡 (3台) にて星空観察を行います。保護者の方の同伴が必須となりますが、ぜひご参加を検討ください。

【開催時間】18:30~19:30

【持ち物】特になし。防寒対策をぜひ。

【申込方法】1/30 配信の学校安心メールのURLからフォームにてお申込みください。

※なお、望遠鏡の数に鑑み、先着100名までのお申込みとさせていただきます。

#### ■学校給食費の納付期限 (口座振替日) について

学校給食費第8期 (1月分) の納付期限 (口座振替日) は、3月2日 (月) です。口座登録済みの方は、残高不足にご注意ください。

(問合せ先: おいしい給食サポート課給食会計係 048-829-1591)

#### ■【周知】さいたま PUSH 講習会について

親子で・友達と一緒に学ぶ参加費無料の救命講習会です。詳細は二次元コードからご確認ください。



#### ダブルダッチに挑戦→



← 連続8の字跳び成功! の瞬間です。



業間休みに長縄に取り組む様子です。