

# 天沼小だより

文責

校長 大里 忠弘



## 新体カテスト実施しました

梅雨入り直前の晴天の日、3年生以上の子どものための新体カテストが行われました。体育館と校庭に分かれ、「反復横跳び」「立ち幅跳び」「上体起こし」「50m走」「ソフトボール投げ」の記録を計測しました。

体カテストの種目としては、この他に「握力」「長座体前屈」「シャトルラン」があります。各学級の体育の時間を使って測定することになっています。

また、1年生2年生は、それぞれ6年生、5年生と組んで、上級生が下級生のお世話をしながら、体育の授業で測定します。

この体力測定は、人と比べて、勝ち負けを競い合うのではなく、自分の体力の実力を知ること、自分の体に関心を持つこと、体力を高める意欲を高めることが目的であると、体育主任の峯岸先生から説明がありました。新型コロナウイルス感染症対策の影響もあって、運動する機会が少なくなっています。免疫力を高めるためにも、屋外で体を動かすことを意識した生活を心がけましょう。

## こまめな水分補給を



これからの時期、気温、湿度とも高くなります。熱中症が心配になる季節です。必要に応じたこまめな水分補給ができるように、子どもには水筒を持たせてください。中味は、水かお茶でお願いします。氷を入れて冷やしても構いません。養護の寺島先生に聞きましたら、ミネラル分の豊富な麦茶が、熱中症予防には効果的だそうです。糖分の取り過ぎにつながりやすいスポーツドリンクは、より暑さの厳しくなる時期までは控えて

ください。2学期、運動会の練習が始まり、屋外での授業が増える頃に改めてご連絡いたします。

## プール学習、準備は進めています

昨年度はプールでの水泳学習を見送りましたが、今年度は感染防止対策を講じた上でのプール学習の実施に向けて現在準備を進めています。

日常的な健康管理と登校前の体温測定、小まめな石けんによる手洗い、プールサイドでのソーシャルディスタンス確保、マスクを外した際の会話禁止などの対策について改めて指導した上で実施します。

今後桐生地区の感染状況が悪化するような状態となれば、中止とすることもあります。その場合、本校は昨年に続いて、2年間水泳指導を行わないこととなります。水泳は命にかかわる大切な内容を含みます。プールの確保ができない場合でも、水遊びや水泳などの心得については必ず学習しなければなりません。教室での学習になりますが、動画等を用いて水難事故から身を守るための心得については学習する予定です。

