



マイスポーツプロジェクト!



3つの元気（子どもが元気、家庭・地域が元気、教職員が元気）な学校を目指し、新たなプロジェクトに取り組むことにしました。その名は「マイスポーツプロジェクト」と言います。学校保健安全委員会の時に、挨拶の中で少し名称だけふれ、詳しくはHPでとお話しましたが、もう少し説明させてください。

一言で言うと、運動（マイスポーツ）・すいみん・食事」に毎日、継続して取り組むことで、体力向上と健康増進を図ることで、「かっこいい自分」になることを目指すプロジェクトです。ここで言う「かっこいい」とは、顔がよいかスタイルがよいというのではなく、自分が目標としていることができるようになったり、何かをずっと続けることができたり、自分で自分をほめてあげたいような、そんな姿を「かっこいい」ととらえています。

目指す姿としては、**運動**は、自分が積極的に取り組もうとするスポーツを中心に、毎日運動に取り組む。**すいみん**は、1日の睡眠時間を8時間以上とし、できるだけ早く寝るように心がける。併せてゲーム等のスクリーンタイムも自己決定して、それを守るようにする。**食事**は3食をバランスよく食べる。特に朝ごはんを食べる。給食を時間内に全部食べる。というようなことを目標としています。

個人の具体的な目標は、子どもたち自身が決め、日々の取組の評価をタブレットで記録していています。これまでも、健康・運動・生活習慣に関する取組は行っていましたが、大きな違いは、特定時期に一週間だけ調べる・確認するというのではなく、毎日チェックし、取組を継続することで運動（スポーツ）や健康管理を習慣化（無理なく実践）することをねらっています。ご家族からの励ましの言葉をかけていただくとともに、一緒に運動（スポーツ）に取り組んでみるなど、ご理解・ご協力をいただければと思います。

マイスポーツプロジェクト



岩国市立川上小学校

マイスポーツって？



体を動かす
運動は
スポーツ

こんなものもあるよ!



1日の運動（スポーツ時間）

朝のランニング・ストレッチ 5分
業間時間（遊び） 10分
昼休み（遊び） 30分
家（遊び・スポーツ） (15)分

(目標) 合計 60分 (1時間)

学校での「外遊び」も運動ととらえています。子どもたちは、体育の授業以外にもこんなに運動しています。

7月行事予定

- 7月 1日(金) 交通指導 月頭朝会
- 7月 4日(月) 委員会活動 三校合同学習(高)
- 7月 5日(火) 外国語活動 自動車図書館
- 7月11日(月) 三校合同水泳学習 ※自由参観
お話の会
- 7月19日(火) 外国語活動 個人懇談会(13:10 下校)
- 7月20日(水) 終業式(13:10 下校)
- 7月21日(木) サマースクール①
- 7月22日(金) サマースクール②
- 7月26日(火) 6年音楽教室 プール開放①
- 7月27日(水) 学校運営協議会(PTA 委員会合同開催)
※学校課題解決のための熟議
- 7月28日(木) プール開放②

8月主要行事

- 8月 2日(火) プール開放③
- 8月 4日(木) プール開放④
- 8月20日(土) 登校日・親子環境整備作業

【三校合同水泳学習】

○7月11日(月)9:30~11:30 川上小学校プール
※今年度より、校内水泳記録会は、三校合同水泳学習と兼ねます。

【サマースクール】

○7月21日(木)22日(金) 9:00~10:30

【6年音楽教室】

○7月26日(火) 13:10 学校集合(シンフォニア岩国)

【学校運営協議会 (PTA 委員会合同開催)】

○7月27日(水) 14:00~16:00 ※各家庭1名の参加

◆6月<水無月・June>「いろいろなことに挑戦しました」◆

6月8日(水曜日) アイキャン撮影



6月14日(火曜日) 6校合同学習



6月13日(月曜日) クラブ活動



生け花



6月2日(木曜日) プール掃除



プール掃除をしたのが、もう1ヶ月前です！
最初は、「水が冷たい」って言うだけ、梅雨も明け、みんなプールを楽しみにしています！
泳ぎも上手くなりました！

- 中学校の体育の先生による 集団行動の授業(上)
- 修成・周北・川上の小規模 3校の連携交流授業(下)

6月24日(金曜日) 1年三校合同学習



6月22日(水曜日) 参観日



- 【安全教育】
- 児童・保護者・教職員参加の蘇生法講習会(左)
- 不審者対応避難訓練(右)

6月27日(月曜日) クラブ活動



桃狩り

6月20日(月曜日) 選書会



自分が読みたい本を選びました！

6月17日(金曜日) プール開き



6月16日(木曜日) 避難訓練

