

# すこやかスクール in ふくおか

## —いのちの授業・学校保健委員会—

福岡小学校では、平成12年度より、親子でいのちの大切さを見つめ直し、健康や安全について考える機会として、授業参観「すこやかスクール in ふくおか」で「いのちの授業」を行うとともに、学校保健委員会を開催しています。

いのちの授業では、各学年の発達段階に合わせた授業が行われました。たくさんの保護者に参観していただき、ありがとうございました。ぜひ、家庭でも話題にしてみてください。

\*\*\*\*\*

### ▼いのちのはじまり（2年生）



### ▼けがの手当ての仕方（5年生）



\*\*\*\*\*

学校保健委員会では、「中京大学スポーツ科学部教授・中京大学大学院体育学研究科教授の湯浅 景元（ゆあさかげもと）先生」をお招きし、「一流スポーツ選手から学ぶ運動法」の講演を聞きました。みんなの運動を支えているのは、「睡眠」「食事」「環境」「守る（けがの予防）」であるとお話がありました。また、5・6年生から、「ボールを遠くに投げるにはどうしたらよいですか？」「早く走るにはどんなトレーニングがよいですか？」といった質問が出されました。それぞれの質問に対し、簡単に行

### ▼トレーニングを覚えてもらう様子

えるトレーニング法を紹介していただき、5・6年生と保護者で体験しながらトレーニング法を学びました。運動には、スポーツの上達だけでなく健康維持という大切な役割もあります。正しい運動法で、無理なく運動に取り組んでいきましょう。

