

笑顔あふれる大戸小

大戸小マスコットすぎっぴー



大戸小だより

URL:<http://oto-e@saitama-city.ed.jp/>



開校146年 学校教育目標 ○かしこく ○やさしく ○たくましく

平成31年1月31日
学校だより2月号
さいたま市立大戸小学校
831-3796
明治6年開校

背筋をシャキッとする！

校長 浅見 正史

3学期がスタートしてあっという間に2月を迎えます。全国的にインフルエンザが猛威をふるい、本校でもインフルエンザに罹患し欠席する児童が増えています。引き続き、ご家庭でもインフルエンザ予防対策をお願いします。そんな中、1月22日(火)中央区の小学校8校による球技大会(バスケットボール)がサイデン化学アリーナ(記念総合体育館)で行われ、5年1組が立派な態度で熱い試合を行いました。

1月は寒い日が続きました。寒くなると、背中を丸め、手を洋服のポケットに入れている児童を見かけます。寒い日の朝、学校へ行くときは目線が足元に行きがちです。目線が下に行けば、自然と背中丸まります。また、授業中の座っている姿勢も背中丸まって気になる児童も多い気がします。姿勢がよくないことは心配です。

「姿勢」を辞書で調べるとからだの構え方、心構え、態度という意味があります。「姿勢＝態度」ますます気になって調べてみると教育者の森信三先生は「立腰教育」を唱えています。「立腰」とは、腰骨を立てて、背筋を伸ばして座る姿勢のことです。森先生は、心と体は表裏一体のものであり、「心を立てようと思ったら、まず身を起しなさい」と言い、心をシャキッとさせるには、体をシャキッとさせないといけない。これを心身相即(しんしんそうそく)と教えを説きました。



腰骨を立てるポイント

- ① 足の裏を床につける。
- ② お尻を後ろに引き、腰骨をグッと前に出す。
- ③ 肩や胸の力を抜き、下腹に少し力を入れてあごを引く。

少し古いお話かもしれませんが、立腰教育は性根(一つのことを最後までやり遂げる気力)のある人間にする方法といわれ、効果として集中力、持続力、実践力が身に付くと言われています。背筋を伸ばす大切さを児童に声をかけていきます。

「一月は行く(往ぬる)、二月は逃げる、三月は去る」と言い、正月から三月まで行事が多く、あっという間に過ぎてしまうという意味です。すでに二月、学校は進学や進級に向けてまとめの時期になります。まだ寒い日が続きますが、残りの日々を「背筋をシャキッと」と伸ばし、「笑顔あふれる大戸小」に猪突猛進していきます。