



広田小学校だより

はまなす

校訓「希望に起ち 充實に活き 感謝に眠る」

陸前高田市立広田小学校
校 報 第 16 号
2026年9月1日
文 責 吉田和浩

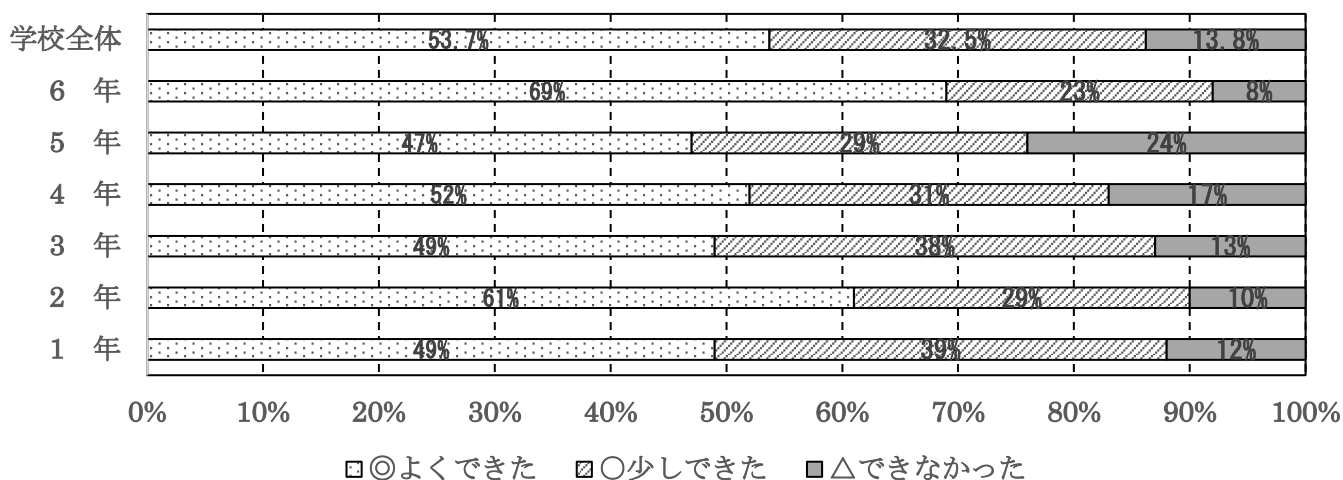
夏休みの60運動チャレンジ 集計結果から

夏休み最終の一週間【8／13（木）～8／19（水）】、家庭で運動する時間の確保のため、また新学期に向けて体調を整えるという意味で、60運動チャレンジを実施しました。お子さんの様子はいかがでしたか。7日間の中でどの程度、体を動かすことができたのか◎、○、△の割合で表した結果をお知らせします。夏休み中、めあてを意識し、進んで運動する子や暑さ対策を工夫しながら運動する子が見られました。また、結果から家の手伝いもよくしていることが分かりました。

保護者の皆様には、子どもたちの様子を見守り、コメントを記入した上で、全家庭に提出していただきました。ご協力ありがとうございました。今後も子どもたちのよりよい生活習慣形成への強力をお願いします。

【結果から】

夏休みの60運動チャレンジ集計



- ・60運動チャレンジの集計結果を見ると、「よくできた」「すこしできた」の割合を合わせると、80%以上となりました。学校全体として見ると、意識して取り組むことができたことが分かります。
- ・よかった理由として、「毎日運動できた」「室内でも運動をした」「内容を工夫して運動をした」「水泳・ランニング・縄跳び・ラジオ体操をした」「公園に行って体を動かした」などがあり、毎日続けたり、体力づくりを頑張ったりする人が多く見受けられました。
- ・天候が良くない日がありましたが、体を動かすために「掃除をした」「室内で運動した」「プールに行った」など外以外でも体を動かそうとした人がいたので、努力したことが分かります。
- ・気温が高い日もありましたが、涼しい時間帯を選んで、庭に出て体を動かすなど、時間帯や気温も考えて取り組んだ人がいました。安全に気持ち良く運動するための方法を工夫できています。
- ・手伝いについては、「進んでできた」や「毎日続けて頑張った」という人が多かったです。しかし、まだ進んで手伝いができていない人もいますので、普段から手伝いをしていくことが大切だと思います。

【保護者のみなさんからのコメント】※抜粋

- ・ほぼ毎日、妹とラジオ体操をし、ランニングもしていたようなので、2学期もがんばりましょう。
- ・お盆中バスケットも休みになっていたので、その期間、自分で工夫して運動が出来ていたのが良かったと思います。
- ・いつも以上にお手伝いをしてくれてありがとうございました。
- ・17日は慈恩寺での座禅に参加したり、体力づくりも自分なりにがんばりました。
- ・休み中、体力づくりをしっかりと出来てよかったです。ほぼ毎日、お手伝いも頑張ってくれて助かりました。
- ・前半は雨の日が続く、ウズウズしたのではないかと思います。後半からはやっと晴れて思う存分外で遊ぶことが出来たようなので良かったと思っていました。
- ・運動は普段からしているので、外での遊び（メディアからはなれるため）に気を付けて取り組みました。
- ・雨の日が続きましたが、室内でも体を動かしていたので頑張っていて良かったです。
- ・そうじや洗たく干し、食事の支援など、毎日お手伝いはがんばってくれました。夕方、涼しくなってから、庭で自転車やボール遊び等で体を動かし、運動していました。
- ・お手伝いが残念でした・・・。

- ・なかなか体を動かすことはむずかしかったけど、お手伝いをがんばりました。ありがとう。
- ・たくさん体を動かせた夏休みでしたね。自転車は気を付けて遊んでね。
- ・旅行中もたくさん体を動かせてよかったね。2学期もがんばろう！
- ・朝や夕方、すずしい時間に外で遊ぶ工夫をしていました。
- ・外遊びとお手伝いは毎日できたね！これからも元気に体を動かして、体力をつけよう。
- ・毎日の夕方のさんぽ、楽しかったね！！もう少しお手伝いができたら花まるでした。
- ・本人の振り返り通り、夏休み中も、元気に外に出て体を動かしていました。そうじの手伝いも進んでやってくれて助かりました。
- ・天気が悪く、外で遊びたくても海に入りたくても難しい日が続きました。クワガタやカブトムシと多くふれあい、祭りや花火は楽しみました。米とぎを何度もやってくれたので助かりました。夏休みが終わっても、同様に手伝ってくれると嬉しいな。
- ・〇（名前）らしく、毎日全力で体を動かしていて、子どもの体力に驚かされました。よくできました。父
- ・楽しんで運動をしていて、えらかったです！お手伝いも楽しそうに自分からしてくれました。
- ・雨天時もあり、外での活動ができない日もありましたが、プールや屋内で体を動かしました。お手伝いはたくさんしてくれました。プールにまた行きたい！との事で、引き続き体を動かすことを家庭でもしていきたいです。
- ・たくさん外で遊んだり、お手伝いを頑張って、体を動かすことができたと思います。休みの日には体力づくりにも取り組んでいきたいと思います。

夏休み 60運動チャレンジカード

※1日60分以上、しっかり体を動かして、元気に2学期をむかえられるようにしましょう！

【チェックのしかた】 よくできた(◎) 少しできた(○) できなかった(△)

	8/13	14	15	16	17	18	19
	木	金	土	日	月	火	水
外での遊び	◎	○	○	○	○	○	○
体力づくり(おはし、ランニング、よち歩き等)	○	◎	◎	◎	◎	◎	◎
お手伝い、そうじ	○	△	△	○	◎	◎	◎
その他(体を動かすこと)	○	○	○	○	◎	◎	◎
合計の運動は？ (◎、○、△)	○	○	○	○	◎	◎	◎

【自分のふり仮名】 【お父さんのふり仮名】 【お母さんのふり仮名】

夏休み中も、しっかり運動できよう！

たのしく体をうごかそう！