



学校だより

12月号
令和7年11月28日
大阪市立榎本小学校

姿勢と学力

11月の保健室前の掲示は姿勢についてでした。

姿勢が悪い子で成績の良かった子が1人もいないということを経験則から感じていました。理由の一つは、掲示にもあったように集中できないからということでしょう。

以前に脳科学者の本を読んでいて、一つの理由を見つけることができました。「目」と「脳」の関係が書かれていた書籍でした。

目から入った歪んだ情報を脳は正しい位置、方向に矯正しているそうです。そのために、脳は莫大なエネルギーを消費しています。学習内容を理解して習得する前に、斜めになった文字や図を正しい位置に戻すだけで脳は疲れてしまいます。疲れ切った脳で、高度な処理は望めない、そのように記述されていました。

イチローは、バッターボックスでルーティーンとしてバットを垂直に立ててピッチャーに正対するという行動がありました。姿勢を正すことで、どんな球にでも対応できるようになるというのを何かで読みました。

スポーツの世界は一瞬の出来事です。姿勢の悪さがすぐに結果に表れます。日常生活は、スポーツの世界と違って授業中の姿勢の悪さの影響がすぐに表れることはありません。だからといって安心はできません。

成長期である子どもたちの骨は、日々大きく、そして太くなっています。曲がった姿勢を続けることで、成長期の柔らかい骨が曲がった状態で成長する恐れがあります。最近、学校の健康診断で背骨の状態を確認するという診察が加わりました。姿勢の悪さが大きな問題になっている証拠です。

寒くなると、前屈みになり猫背のような悪い姿勢になりがちです。1日、2日悪い姿勢で過ごしたからといって、急に姿勢が悪くなるということはありません。逆に、1日や2日姿勢に気をつけたからといって、急に姿勢がよくなるものではありません。

学校では、子ども達の将来のためにも正しい姿勢や美しい姿勢の指導に気をつけてまいります。ご家庭でも、ご協力をお願いします。

校長 篠崎 勇

12月行事予定

日 曜	学校の行事		その他
1 月	児童朝会	C-NET4年	
2 火	A校時5時間授業 経年調査2限目国語・3限目社会	C-NET3年	
3 水	分団会議(編成)・下校(5限) 経年調査2限目算数・3限目理科・4限目英語		
4 木	委員会活動(アルバム写真予備日) お話会(1・2年) 経年調査予備日		学校協議会 16:00～
5 金	不審者対応避難訓練		粗大ごみ回収
6 土			
7 日			
8 月	A校時5時間授業 児童集会 交通安全教室2～3限		
9 火	4年自然ふれあい体験出前授業 1年双方向オンライン学習 15:30～	あいさつ週間 歯・口の健康週間	スクールカウンセリング
10 水			
11 木	クラブ活動 お話会(5・6年)		
12 金			
13 土			
14 日			
15 月	児童朝会 C-NET4年	作品展	期末懇談会(A校時4時間)
16 火	C-NET3年		期末懇談会(A校時4時間)
17 水			期末懇談会(A校時4時間)
18 木			期末懇談会(A校時4時間)
19 金			期末懇談会(A校時4時間)
20 土			
21 日			
22 月	児童集会 A校時4時間授業		
23 火	終業式(4限目) 給食終了 A校時4時間授業		PTA校内清掃 10:00～
24 水	冬季休業開始(1月8日まで)		
25 木			
26 金	学校閉庁日		
27 土			
28 日			
29 月	年末年始休業		
30 火	年末年始休業		
31 水	年末年始休業		