

健康・体力と学力の関係は？

昨日に引き続き、健康面について述べたいと思います。昨日の「校長室から」をHPにアップした後、「学力と健康の関係ってどうなのかな？」と思い、ネットで調べてみました。するとたくさんの研究成果が出てきました。インターネット上でのことですので、どれだけ信ぴょう性があるものか？どれだけのデータをもとに考察したのか？は不明なものもありますが、概ね「**健康や体力・運動と学力には相関関係がある**」と結論付けたものが多く見られました。このことから、適切な運動や十分な睡眠、朝食をとることは、学力に関係すると言えるようです。

コロナ禍では様々な制限があり、体育の授業や部活動も影響を受けました。この3年間で嘆いても仕方がないことです。大事なことは、これからどのように体力の増進を図るか、健康な生活を維持するか、等です。そして、これらのことを意識しながら、学力を定着・向上させていくとよいと思います。

太宰府西中学校では、心身の健康と学力の定着・向上の両方を高め、子ども達がますます元気で明るく学校生活を充実させることができるよう、支援をしていきます。

☆ 中体連大会が始まります

いよいよ今週末から中体連大会が始まります。まずは、野球部と女子ソフトテニス部の試合があります。どちらも健闘を祈ります。

