

WE LOVE 北鯖石 はばたこう未来へ！

# 北 星



柏崎市立北鯖石小学校

学校だより 390号

令和3年10月25日 発行

柏崎市 中田1743-2

TEL 0257-22-4454

FAX 0257-20-1753

E-mail [kitasaba@kenet.ed.jp](mailto:kitasaba@kenet.ed.jp)

## 「握手、バイバイ！」楽しく運動し、体力を高めていこう

体育主任

今年度の体力テストの結果、北鯖石小学校の全体としては、「長座体前屈（柔軟性）」、「20mシャトルラン（全身持久力）」を得意にしている子どもたちが多い傾向にある反面、「立ち幅跳び（瞬発力）」、「ソフトボール投げ（瞬発力、巧緻（こうち）性）」を苦手としている子どもが一定数いることが分かりました。「楽しみながらジャンプするような運動」、「小さいボールを投げる練習や経験」を、体育の時間や遊びの中で取り入れ、継続的に実施できればと考えています。



話は変わって、私が子どもの頃の運動遊びといえば、学校ではドッジボール、帰宅後は野球でした。特に帰宅後には、野球をする場所を求めて自転車で走り回り、やっと見つけた広場でその関係者に叱られるまで遊ぶというのが専らでした。現在とは社会的状況が全く違います。学校では教師、自宅では保護者の皆様が、楽しい運動遊びの場を意図的に設定していくことが、必要になります。以下に、自宅で行う運動遊びやスポーツに取り組ませるヒントとなるような事柄を、我が子の幼少期を思い浮かべながら記していきます。

まず、家の中では「ミニトランポリン遊び（跳び上がりや跳び下り）」、「布団がマット代わりのでんぐり返し、逆立ち遊び」は好んで行っていました。また、小中学校の体育の時間にサッカーやバドミントンのような運動の学習中は、自宅でも「やりたい！」と言うことがあったので、そんな時は拒まず、一緒にやりました。

我が子が保育園から中学年頃まで楽しく行っていた運動がありました。習い事等へ送っていった別れ際に行うので、親子で「握手、バイバイ」と呼んでいました。向かい合って両手を握り合い、「あ〜く〜しゅ」の声掛けに合わせて膝の屈伸運動やその場跳躍等をするという、10秒程度で終わる運動遊びです。別れ際に口論等になっていると、この運動はできません。笑顔で親子がふれ合うバロメーターにもなっていました。この何気ない運動を子どもと一緒に続けることができたことは、親として忘れることはできません。

最後になりますが、「小さい頃にはより多くの運動、スポーツに親しませたい」という考えから、我が子が「やりたい！」と言ったことは、可能な限り取り組めるようにしました。ミニバスや競泳を継続的に行いつつ、陸上やロードレース大会に出たり、冬にはスキーやスケートに行ったりもしました。我が子は多くの方々の支援や厚意に支えられ、幼少期から高校まで運動、スポーツに熱中できました。このことは、成人した今、我が子の心身の糧になっていると思います。

# 北鯖石小 NOW

\* 学校の教育活動の様子、子どもたちが頑張っている姿等を紹介します。

## 第1・2学年 サツマイモほり



10/7 生活科の学習で育てていたサツマイモを掘りました。11月に焼き芋にして食べます。

## 第2学年 朗読劇



10/19 国語の読み物教材「お手紙」を劇にして発表しました。1年生や先生方の前で、堂々と発表しました。

## 第4学年 防災教育



10/1 防災について、まちからの方から講義をしていただき、非常災害時の持ち出す物品について、グループごとに考えました。

## 第5・6学年 階段アート制作



10/7 音楽会の日に完成目指し、120周年記念の階段アートを制作しています。色塗りがはじまり、FMピッカラのインタビューを受けました。

## 全校 道徳授業



9/23 学習参観は中止となりましたが、全学級が道徳の授業をしました。写真は、3年生がお家の人からの手紙を読んでいる場面です。

## 全校後期スタートマラソン記録会



10/14 後期のスタートにマラソン記録会を行いました。青空の下、自己の記録に全員が挑戦しました。

## 主な予定

月/日	予 定 等	月/日	予 定 等
10/28	音楽会（子どもたちの鑑賞会）	11/9	地域の方とふれあう会（1～2年生）
10/30	創立120周年記念音楽会	11/19	文化芸術演奏会
11/8	地域の方とふれあう会（3～6年生）	11/26	東中新入生体験入学

学校のホームページが随時更新されています。ご覧ください。 <https://www.kenet.ed.jp/kitasaba/>