

チーム えがお

【学校教育目標：自ら学び 心優しく たくましく生きる児童の育成】
「かしこく」自ら学ぶ子 「やさしく」心豊かな子 「たくましく」やりぬく子



発行者：校長 岡田達也



～ えがお かがやき かんばる 学校 困うえんだん「チーム北川」～

がんばっています! なわとびで「体力づくり」

3学期がスタートして1週間たちました。子どもたちの様子を見てみると、生活のリズムも学校生活を基本としたリズムに戻ってきたように感じます。今年は「酉年」（とりどし）です。「とり」は、鶏に代表されるように、人に時間を知らせる動物です。また、鶏は朝一番に「コケッココー！」と鳴き、「みんな、朝になったから起きてよ！」と教えてくれます。規則正しい生活習慣は、充実した一日を過ごしたり、健康に生活したりするための基盤とも言えます。

本校では、先週から業間休み（2校時と3校時の間の休み時間）を利用して全校でなわとび練習に取り組んでいます。体育の時間のなわとび同様に、「体力づくり」の一環として始めました。子どもたちは、進級表をもとに毎日がんばっています。



「体力」という言葉には、身体的な側面の体力と精神的な側面の体力があります。それぞれに、「動く・行動する」ための体力と「守る・防衛する」体力があります。具体的には、①バランスのよい体格、②優れた機能（筋力、敏捷性、持久性、柔軟性等）、③病気等への抵抗力（かかりにくさ）、④前向き・意欲的な心（意志、判断、意欲等）、⑤精神的ストレスに対する抵抗力などをさします。

なわとびは、縄1本あればどこでも手軽にできる運動です。子どもたちの心身の体力を育てるためにも、学校でも体育や業間休みを使って取り組んでいきたいと考えています。ご家庭でもお子さんと一緒になわとびにチャレンジしてみたいはいかがでしょうか。私たち大人でもよい体力づくりになるとと思います。

「よく考えて行動する」習慣を!

今月の生活テーマは、『礼儀』です。人がお互いに尊重し合い、気持ちよく生活するためにとっても大事なことです。例えば、次のように。

- ・時と場に応じた態度と言葉づかいを心がける。
- ・相手を大切にする気持ちを行動に表す。



そして、そうじ時間には、「すみずみまで」「きれいに」「だまって」取り組むことができるようになってほしいと思います。できれば無言清掃ができるといいですね。そのためには、『そうじのABCD』の如く、①気づく（見つける）、②互いを思いやり協力してやる、③がまんしてやることを大切に。



こうした生活テーマやそうじに取り組む際に共通して言えることは、「よく考えて行動すること」です。そのもととなるのは、「想像力」です。今はどのようなときか、どのような言い方が適切なのか、きれいにするためにはどうやったらいいのか、などなど。想像力を働かせることで、よりよく行動することができます。

想像力は、よりよい人間関係をつくるためにも必要です。「こんなことを言うと、相手はどう思うか」と先を予測して行動することは、思いやりのある行動と言えます。そして、学校教育目標の一つ、「かしこく」にもつながります。3学期は、しっかりと想像力を働かせて生活できるよう指導していきたいと思ひます。