



体育の授業参観

昼休み、参観日の授業に向けて準備をしようと体育館へ向かうと、2年生の子供達が見つめてたくさん声をかけてくれました。「永井先生、体育をよろしくお願いします。」「永井先生、今日は鬼ごっこ、難しいですか?」「私、バスケットボールを習っているから、逃げるのが得意です。」やる気にあふれた声の中に、こんな声が聞こえてきました。

「永井先生、今日はリズムの練習だけは、やめてください。」

「えっ! どうして?」

思わず、聞き返してしまいました。

「だって、参観日でリズムをやったら、家の人に知られてしまうでしょう。運動会まで秘密にしたいのよね。」

月曜日は2年生、水曜日は3年生、木曜日は6年生の授業参観で、体育授業を行う機会をいただきました。たくさんの保護者の皆様にご参観いただいたこと、そして、体育授業に関するご感想を聞かせていただいたことに感謝しております。

縄跳び、鬼ごっこ、動きづくり、バトンパス、友達とのかかわり合いなど、給食後の5時間目とは思えないくらい、子供達はたくさん運動をしていました。参観していただいた授業の中の「縄跳び」一つとっても、得意だからと2重跳び、3重跳びとレベルアップしている児童がいたり、上手に跳べなくて休みの日に練習して上達している児童がいたり……。皆が同じように跳んでいます。子供達の中には、「うれしい思いを感じながら上達している子」「悔しい思いを克服しようと頑張っている子」と、ここでも家族に秘密にしたくなるような努力を重ねています。授業参観を通じて、子供達がたくましく成長している姿が伝わっていただければ幸いです。



2年生では、鬼遊び!

鉄棒&グラウンドが変身

16日(土)の環境整備作業では、体育授業に関わる施設の整備も行っていただきました。運動しやすい環境にさせていただいたことに感謝しております。本当にありがとうございました。

鉄棒の整備では、3名の方が作業してくださいました。子供達が鉄棒から落ちても、痛い思いをしたり、けがをしたりしないように、鉄棒下を掘り起して砂を混ぜていただきました。さらに、やすりがけをしていただき、握りやすく、回転技のしやすい鉄棒に変身しました。



鉄棒を ていねいに やすりがけして下さっています

つながる体育

する

見る

支える

鉄棒の整備作業中にふとグラウンドに目を向けると、環境整備作業に集まった児童の皆さんが、石拾いをしていてくれました。せっかくの土曜日には、家でやりたいこと、ゆっくりしたいことなどあったはずですが、それでも、学校のためにと作業してくれたこと、どうもありがとうございます。「グラウンドで、思いっきり運動できるように」と、グラウンドを使うみんなのことを考えながらの作業は、まさに運動を「支える」です。



みんなでならんで、石拾い

鉄棒でどんな遊びをしようかな

体力テストの種目の一つに「握力」があります。新聞やテレビでは、「〇〇体操をすると握力が上がります」などと、握力の数値をあげることを目的とした運動を紹介していることがあります。そういった運動を継続すると、確かに握力は高まります。

しかし、小学生の皆さんには、少し別の視点で考えてほしいと思います。握力と言え、日常生活の結果に大きく結びつく種目の一つです。例えば、木登りをしていたり、高いところに登ったりした経験の多い人ほど数値が高いです。小学生段階では、握力が低いことよりも、握力を使うような体を動かす経験の少ないことの方が問題となってくると思います。北海道は、上にのびて背が高くなる種類の木が多く、木登りに適した木が身近なところには少ないです。また、近年では雑巾をぎゅっとしぼって、雑巾がけの掃除をする機会も減ってきています。

鉄棒は、握力を使いながら体を動かすことをたくさん経験できるすばらしい器械です。

さっそく、土曜日の環境整備作業後には、鉄棒で遊んでいる人がいましたね。月曜日の長い休み時間には、鉄棒に沢山の友達が集まっていました。

安全で、使いやすくなった鉄棒で、いろいろな遊びをしてみましょう。



鉄棒は、休み時間の人気者



運動のヒ♡ミ♡ツ



今年の運動会は！

オリンピック、世界陸上など100mのスタートといえば、クラウチングスタートです。しかし、啓北小学校では、今年度より全ての学年でスタートの仕方を「スタンディングスタート」にしました。

「オリンピック選手はクラウチングスタートなのに、なぜ？」

腕に筋肉がつき、自分の体重を支えられるようになるとスタンディングスタートの方が早くスタートできます。小学生のこの時期は、筋肉を増やすことよりも、運動感覚をきたえることが大切になってきます。徒競走のスタートでも、スタートの合図にすばやく反応して低い姿勢でスタートすることが学習する内容です。

スタートの時に、「腕がプルプルする。」「手が痛い。」となってしまうと、スタートの合図に集中できなくなってしまいます。運動会では、スタンディングスタートですばやくスタートする姿に注目です。