

校長室の窓から

令和2年11月21日

江戸川区立西小岩小学校 校長 則岡 小織

体力をつけて元気いっぱい

春に行っている「体力テスト」が今年度は希望制となり、本校では10月に実施しました。世間ではコロナ禍による体力の低下が取り上げられています。外に出て体を動かすことが少なかったのは事実ですが、コロナ禍だけが原因でしょうか。体力テストは様々な運動の測定を通して能力(基礎体力)を測るものです。小さいころからの運動の経験や生活様式の変化・基本的な生活リズムも大いに関係してきます。子どもたちの測定結果を見ると、男女ともに中学年が昨年の記録を下回っていました。学校全体では、「20mシャトルラン」「ソフトボール投げ」が大きく下回っていました。日常生活、遊びの中でボールを投げるということが少ないのも要因の一つと考えられます。「20mシャトルラン」とは、20メートル間隔を変動する時間内で往復するというもので、持久力を測ります。

距離が決められている持久走は、ゴールまで走らなければなりません、「20mシャトルラン」は、時間でクリアできなかった時が終わりです。体力的限界で終わりとなることと、ちょっと辛くなったからもうやめる、あきらめることには大きな違いがあります。「20mシャトルラン」は、精神面も大きくかかわっていると考えられます。ちょっとした頑張りは学習にもかかわってきます。難しいこと、面倒なことに対して逃げずに頑張れるかどうか、継続して取り組むことができるかどうか等です。教育目標「がんばる子」を目指して、これから寒くなり外遊びが減ってしまう季節を迎えるにあたり、学校では、体育の時間の他に、休み時間・元気アップタイム・縄跳び等を通して運動量を確保していきます。ご家庭でも簡単にできる縄跳びなどに取り組んでみてください。



季節ごとに地域の方がお花を届けてくださいます。正門のところに置かせていただいています。今回は、菊をいただきました。日本の秋を感じます。また、黄色の花は元気をくれる気がします。

学校入り口には月ごとに俳句を掲示しています。月の異名と共に覚えておきたい俳句を選んでいきます。絵は武田先生が描いています。



★秋の俳句として、「スポーツテスト」をお題に俳句を作りました。

【校内俳句】

<1年生>

ソフトボールてんまでとどけおねがいだ
あきのそらへとんでゆくにじボール
たちはばとびいきおいつけてひざまげて

いしざき しおん
りょう しんせん
こみや けんたろう

<2年生>

がんばるぞ上体おこし百回ごえ
かにになりはんぷくよことび大へんだ
シャトルラン行ったりきたりたいへんだ

金井 ゆうせい
アタキアアモウノタモウ二
高はし りな

<3年生>

シャトルランつかれを走りにかえていき
シャトルラン次の日おきたらきん肉つう
あせかいてなんどもたえるシャトルラン

いそ野 こう太
石澤 希
幸山 よしき

<4年生>

もっといけまだまだいける長さの記録
行事ない体力テストで仲ふかめ

中西 莉子
佐藤 滉河

<5年生>

シャトルランあきらめないで一歩ずつ
前の人追いこしたくても追いこせない
きんちょうし手に汗にぎるシャトルラン
友達の声援ひびくシャトルラン

坂爪 美琴
太田 葵彩
衛藤 美紅
大塚 葉月

<6年生>

バトンうけみんなの熱も伝わるよ
全員の気持ちをバトンでつないでく
秋風に声援まじり元気出る

根本 美帆
前山 輝
徳丸 めぐの

★実際に体験していることを俳句にしたのでその時の気持ちが表れています。

5年生は、江戸川区の俳句連盟の方々にきていただき俳句づくりをしました。

思っていたよりも身近なことが俳句の種になることに気づき、楽しく作っていました。

【安全マップの出来上がり 3年生】

西小岩探検隊として地域に出て気づいたことを安全マップにまとめました。



「西小岩1丁目 交通チーム」



「西小岩ぼうはんチーム」

実際に見てきたこと、発見したこと、みんなで考えたことを一つのマップにまとめました。

協力して素晴らしい安全マップができました。この後、2年生に発表します。

【家庭科 ミシンを使って 5年生】

初めてのミシン。世界に一つだけの「ウォールポケット」制作に四苦八苦しています。



まっすぐにミシンを進めたいのになかなかうまくいきません。集中して一針一針進めよう！



まずはしっかりしつけをしてからミシンで縫います。この、しつけも手間がかかります。



世界に一つだけのウォールポケットです。模様もよく考えて付けます。

用途に合わせた工夫も考えています。ポケットの口まで勢いよくミシンがけをしてしまったり、底の部分が上手に縫えてなくて物を入れたら落ちてしまいそうだったり大変そうでしたが、楽しく取り組んでいます。

出来上がりが楽しみです。

【読書月間 ぼく・わたしのおすすめの本】

これまで読んだ本から「おすすめの一冊」を紹介しています。低学年の絵本から高学年の長編まで紹介されている本は様々です。

【3, 4年生の紹介から】



「なくな！かめきちの王子様」

作：村上 しんご



「魔女ののろいのアメ」

作：草野 あきこ

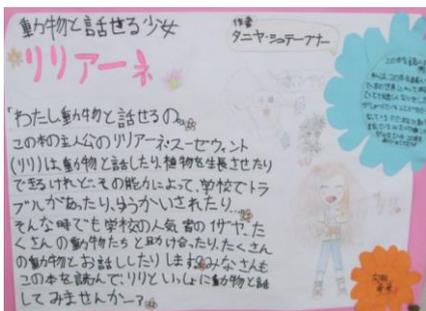


「ゾンビのレストラン」

作：松谷 みよ子

★中学年は、「楽しい本」、「シリーズ本」、「動物が出てくる本」等の紹介が多く、簡単に読める本の紹介が多かったです。

【5, 6年生の紹介から】



「リリアーネ」

作：タニア・シュテプナー



「獣の奏者」

作：上橋 菜穂子



「ハリーポッターと賢者の石」

作：J・Kローリング



「クニマスは生きていた」

作：池田 まき子



「飛ぶための百歩」

作：ジュゼッペ・フェスタ



「人間失格」

作：太宰 治

★高学年は、長編作品の紹介が多く、作品を通して考えることができる本に出会えたようです。