

## のびのびタイム

健康づくり部 石塚 修平

本校では「のびのびタイム」という取り組みを行っています。月に一回程度、朝8:30~8:45までの15分間は体を動かす活動をし、児童の健康保持増進を図っています。

〈今年度の取り組み〉

- 4月・・・「ラジオ体操」
- 6月・・・「大縄（学級）」
- 7月・・・「大縄（仲良し班）」
- 9月・・・「昆虫太極拳」
- 10月・・・「短縄（技の紹介）」
- 11月・・・「短縄（技の出来栄確認）」

さらに、休み時間の内、10分程度を利用し、「〇〇月間」を行っています。その1カ月間は決まった運動に取り組み、外で体を動かします。

6月~7月「大縄月間」

3分間で跳べた回数を計測しました。どの学級も練習を積み重ね、回数が上がりました。学年を超えて大縄に取り組む様子も見られ、上級生が下級生に教える姿はとても微笑ましかったです。

10月~11月「短縄月間」

短縄カードを使って、レベルアップできるようにしました。2年1組山田瑛仁さんは「二重跳びのコツは、前跳びを2回くらいやってから跳ぶと良いです。」と、全校児童の前で発表してくれました。上級生もハヤブサや三重跳びに挑戦していました。

これから寒くなりますが、12月中旬からは「マラソン月間」が始まります。冬の寒さに負けない強い体をつくり、元気に学校生活を送ってほしいです。

## 4年生の様子

~4年生のテーマ~

今年度の4年生のテーマは「思いやり、協力、友達」です。思いやりをもって友達と接し、友情を育む中でそれぞれの良さを認め合い、協力して様々なことに取り組む姿が、様々な行事だけでなく、日々の生活の中からも見られるようになっていきます。

そして、このテーマをさらに深めていくために、学年合同のレクリエーション大会を行っています。一回目はドッジボール大会の予定でしたが、雨天のため、伝言ゲーム&神経衰弱大会を、二回目は百人一首大会、三回目はドッジボール大会を行いました。個人で頑張り、クラスで励まし、学年みんなで楽しむことができました。四回目以降も、「思いやり、協力、友達」をテーマに、楽しく取り組んでいきたいです。



~4年生の学習~

国語の学習では、「アップとルーズで伝える」という教材を使って、相手に分かりやすく伝えるためのリーフレット作りを学んでいます。今回は、来年度に初めてクラブに入部する3年生へ向けての、クラブ紹介リーフレットを作ります。どんな写真が分かりやすいのか、受け手や送り手の気持ちはどうかなどを考えながら、工夫いっぱいリーフレットができて上がるのが楽しみです。