



体力向上一校一取組

校長 龍花 千鶴

夏季休業日が終わり、元気な子どもたちの声が学校に戻ってきました。本日から前期後半の教育活動が始まりました。子どもたちが楽しく、安全に学校生活を過ごすことができるよう、力を尽くしてまいります。

本校では現在、校舎改築のため、校庭が使えない状況が続いています。校庭で子どもたちが思い切り走ったり、遊んだりすることができないことは、大きな課題であると捉えています。子どもたちが身体を動かす機会を少しでも増やし、楽しみながら体力を高めていくことができるように、今後も取組を進めてまいります。

休み時間は、3つの学年が体育館、中庭、多目的室で遊ぶことができますが、他の学年は教室遊びです。少しでも身体を動かすことができるよう、休み時間に1階の廊下に「ケンステップ」や「ラダー」を置き、教室遊びの児童が身体を動かすことができる環境を用意しています。この運動は、テンポ良く両足や片足で跳ぶことで、リズム感やバランス感覚が身に付き、瞬発力や敏捷性を高める効果があります



また今年度は、体力・運動能力等の向上に向けて、校庭がなくても体育の時間や休み時間に取り組むことができる【縄跳び(短縄・長縄)】を「体力向上一校一取組」として取り組んでいます。縄跳びは、全身を使って一定のペースで跳ぶことで、リズム感やバランス感覚を養いながら、全身の持久力や筋力を効率よく高めることができる優れた運動です。場所を選ばず、短時間でも高い運動効果が得られます。縄跳びのよさは、子どもたちが練習を重ねるごとに自分自身の成長を実感できることにあります。記録が伸びたり、新しい技に挑戦したりする姿も見られます。その積み重ねを通して、子どもたちは体力向上だけでなく、自分で目標をもち、粘り強く取り組む力も身に付け成長することができます。5月のスポーツフェスティバルの際にPTAからいただいた縄跳びを活用して継続して取り組んでまいります。

運動委員会では、9月を短縄旬間と位置付け、休み時間に体育館や中庭で短縄に取り組みます。その成果を体育集会で計測したり、記録を表彰したりする活動を計画しています。また10月には、東京都「笑顔と学びの体験活動プロジェクト」として、プロ縄跳びプレイヤーの方にお越しいただき、縄跳びの基本や跳び方のコツを教えていただく予定です。

校庭がなくても、今できることは何かを考え、子どもたちが身体を動かす楽しさを感じられる活動を積極的に取り入れてまいります。身体を動かすことは、自分の身体を知り、自分の動きを調整し、できないことにも挑戦し、できるようになった喜びを味わったり、友達と互いに教え合い励まし合ったりしながら一歩前へ進むよさがあると思います。一人ひとりの「やってみよう」を大切に、小さな頑張りや成長の一歩を学校全体で応援していきます。

☆ 9月の行事予定

日	曜	行事予定
1	火	【A(給食なし・4時間授業)】 全校朝会8:35～
2	水	給食始 ◆水泳(1・6) 身体測定(5・6) 委員会活動
3	木	【D(チャレンジタイムなし(4～6のみ))】 身体測定(3・4) 保護者会・宿泊説明会(6)15時～ 保護者会(4)15時～
4	金	身体測定(1・2) 保護者会(1～3)15時～
5	土	
6	日	
7	月	児童集会 ◆中央体育館(体育)(1・6)
8	火	安全指導
9	水	【B(4時間授業)】 ◆水泳(1・6)
10	木	
11	金	遠足(1・2) ハケ岳前日健診(5) ◇ステップアップタイム(放課後学習)
12	土	
13	日	
14	月	ハケ岳自然宿泊体験教室(5)～16(水) 体育集会(1・4・6) 読書タイム(2・3) ↑
15	火	給食試食会
16	水	◆水泳(1・6) ↓
17	木	【5年生のみ給食後下校】 ◆中央体育館(体育)(3・5)
18	金	歯科検診(全) 水道キャラバン(4)①② ◇ステップアップタイム(放課後学習)
19	土	
20	日	
21	月	敬老の日
22	火	休日
23	水	秋分の日
24	木	◆中央体育館(体育)(4)
25	金	避難訓練(二次避難)
26	土	
27	日	
28	月	体育集会(2・3・5) 読書タイム(1・4・6) ◆中央体育館(体育)(2)
29	火	【D(チャレンジタイムなし)】 たてわり班活動(全)①
30	水	◆水泳(1・6) クラブ活動

9月 生活目標 「けじめをもち、時間やルールを守って落ち着いて生活しよう」

5年1組の児童が話し合い、9月はこの生活目標に決まりました。夏休み明けなので、生活リズムを取り戻しましょう。残暑が続きます。熱中症に気を付けましょう。

8日(火) 安全指導

「火災時の安全」

ねらい：①火災の原因と危険について知る。
②火災に対する心構えと、発生時の安全な行動の仕方について確認する。

25日(金) 避難訓練(火災による二次避難)

ねらい：

- ① 火災の時の基本的な避難方法について知り、実践する。
- ② 二次避難の方法を知る。

目黒南中学校区 小・中連携

目黒区では、それぞれの中学校区ごとに「小・中連携子ども育成プラン」を掲げ、小学校と中学校で連携して子どもたちを育てていく教育活動を行っています。目黒南中学校、碑小学校、向原小学校、月光原小学校、原町小学校の5校で連携し、小学校から中学校までの9年間を通して、

- ① ひとりひとりが人任せにせず、自ら主体的に考え行動する生徒
- ② 複数人で力を合わせ、新たな価値を創造する生徒
- ③ お互いに遠慮なく助けを求められる関係性を築く生徒

の育成を目指していきます。

具体的な取組として、4月の小・中連携の日には目黒南中学校で授業参観、情報共有の後、今後の取組について確認しました。6月には目黒南中学校の生徒たちが小学校へ職場体験に来て、用務主事の仕事や学級担任の仕事などを学びました。夏休みには6年生(希望者)が部活動体験を行うなど、小・中で連携した活動を行っています。

今後、10月に月光原小学校、1月に原町小学校を会場として「小・中連携の日」の授業参観や情報共有を、12月には碑小学校にて「いじめ問題を考えるめぐろ子ども会議」を5年生が参加して実施する予定です。今後も活動を工夫し、地域での連携を深めてまいります。

向原小の水泳指導について

本校では、水遊び・水泳運動の目標を「もぐる・浮くなどの経験を通して、安定した呼吸を身に付け、心地よく泳いだり、泳ぐ距離や浮いている時間を伸ばしたりして、水泳（水遊び）の楽しさに触れたり味わったりすること」としています。また、水遊び・水泳運動を「水辺での安全確保につながる運動」としても捉え、「安定した呼吸を伴って浮くこと」を重要な技能としています。そのため、安全確保につながる運動の経験として、着衣泳を2・5年生で取り組んでいます。

令和4年度から水泳指導をコナミスポーツクラブに外部委託しています。貸し切りのバスを使って、担任がコナミスポーツクラブまで引率します。実際の指導は本校の目標を踏まえ、コナミスポーツクラブのインストラクターが、泳力に応じてグループごとに指導を行っています。発達段階や泳力によっては、アームヘルパーやヘルパー（腰）といった浮き具を使用した指導も行っています。1学年あたり5回指導を行い、最終日には検定をしています。コナミスポーツクラブの監視員だけではなく、担任もプールサイドにて児童の様子を確認し、安全の確保と学習の評価をしています。

短縄について

本校では、9月に全校で短縄集会を実施する予定です。短縄集会までに、体育の学習だけでなく、休み時間に中庭や体育館で練習をします。できるだけ早めに短縄を持たせてください。ご理解、ご協力をお願いいたします。