

# 米奥小だより

令和6年5月16日(木)

No.7

米奥小学校 校長 北添 忠

## 〇スポーツテスト(1回目)

スポーツテストの1回目が、5月13日(月)に行われました。ウォーミングアップをした後に、俊敏さをはかる「反復横跳び」、手の握る力をはかる「握力」、体の柔らかさをはかる「長座体前屈」、一定時間に腹筋運動が何回できるかをはかる「上体起こし」をまず行いました。柔軟な身体は怪我しにくいと言われています。長座体前屈



のウォーミングアップを見ていると、180度近い開脚ができる児童がおり、身体が大変かたい私から見るとうらやましい限りでした。その後は、3つのグループに分かれて、シャトルランが行われました。一定のリズム

で、体育館を何往復できるかをはかるもので、一番多く走り続けられた児童は80回(40往復)を超えました。一瞬の速さではなく、ゆっくりを続ける心肺能力とメンタルが試されるテストで、友達からの声援を受けながら頑張る姿が、見ていて気持ちよかったです。



心の成長と合わせて、身体の成長も大きい小学校の6年間。バランスの良い食事と運

動、そして睡眠。これら生活習慣が児童の健全な成長の源です。

楽童の時間にグラウンドの遊具周辺では、笑顔で元気に遊ぶ児童とそれを見守る地域の方々の姿があります。授業とは違う思考で自分たちのルールを作り、身体全体で遊ぶ。児童にとって大切な時間です。



## ○読み聞かせスタート

5月14日(火)に、今年度の読み聞かせの1回目が行われました。地域の方4名が来校し、クラスに分かれて、絵本の読み聞かせや紙芝居の上演をしてくれました。この取り組みは、朝の帯タイム10分間を使って、児童に対する情操教育を目的に行われています。毎月行われるので、絵本などが重ならないように、できる限り同じ人が続かないように配慮しながら行っています。



今回は1年生が「ちゅーとにゃーときー」、3、4年生が「ツバメの旅～5000キロのかなたから～」、5、6年生が「紙芝居『奥方に化けた古狐』」でした。

読み聞かせが終わると、児童が感想を言い、クラスによっては机上で小さな遊びをしたりと様々でした。月一回の小さなイベント。次回も楽しみです。



読み聞かせが終わると、児童が感想を言い、クラスによっては机上で小さな遊びをしたりと様々でした。月一回の小さなイベント。次回も楽しみです。