



## 持久力の向上を目指して

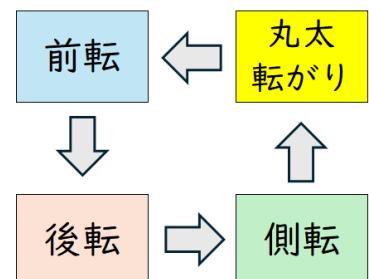
体育主任 前田 稔

今年度、本校では、「持久力の向上を目指し、持久力を高める運動に継続して取り組む子供」の育成に向けて様々な活動に取り組んでいます。

体育科の授業では、各単元の学習内容と関連させながら持久力が高まるような運動を取り入れ、持久力の向上を目指しました。例えば、マット運動の学習では、ウォーミングアップ時に、サーキット運



〈マット運動の前にサーキット運動に取り組む様子〉



※矢印は走って移動

動を取り入れました。そうすることで、マット運動の基本的な動きの練習を兼ねながら、持久力を高める運動を行うことができました。サーキット運動中の子供たちは、楽しそうに、汗をにじませながら取り組んでいました。休み時間に体を動かす機会が少ない子供や運動することが苦手な子供も意欲的に取り組んでいました。

また、運動委員会では、みんなで楽しみながら運動に取り組むことを目当てに、「色団対抗リレー」を企画しました。全員が参加し、どの学年もゴールするまでみんなでバトンをつなぎました。「いいよ！頑張れ！」「大丈夫！大丈夫！」などの温かい言葉がどの学年からも聞かれ、走ることが苦手な子供も楽し<sup>く</sup>参加することができました。

3学期は天候により、外に出て運動したり遊んだりすることが難しい時期です。2学期と同じように、授業の中で持久力を高める運動や室内で取り組める縄跳び運動等を取り入れ、子供たちが運動を楽しみながら、持久力を高めていけるように取り組んでいきたいと思います。



〈色団対抗リレーの様子〉

## 「できた！」を育てる自立活動

特別支援学級では、子供たちが安心して学び、よりよい学校生活を送るために「自立活動」に取り組んでいます。自立活動とは、身体の使い方、気持ちの整え方、適切なコミュニケーションの取り方等、学習や生活の基礎となる力を育てることをねらいとしています。ゲームや話合い等の活動を通して、一人一人が目当てを達成できるように取り組んでいます。活動の一例として、たんぽぽ学級での「ちぎレースをしよう」を紹介します。

ちぎった新聞ができるだけ長くつなげたいと考えた子供たちは、「助けたり、教えたりする」「褒めたり、励ましたりする」などの目当てを各自で選択して決定しました。異学年の子供同士がチームをつくり、互いに声をかけ合いながら夢中で新聞をちぎったり、つなげたりする姿が見られ、「教えてあげることができた！」「前より仲よくできた！」と活動を振り返りました。

自立活動は、子供たちの「できた！」を積み重ね、自信につながる大切な時間です。これからも、一人一人の成長を大切にした学習を進めていきます。



〈目当てを決めたり、ルールを確認したりする子供たち〉

(特別支援コーディネーター 湯浅 範子)

## 「あったか言葉」であふれる出町小学校にしよう！

運営委員会では、出町小学校があつたか言葉であふれることを目的に活動しています。「もう一步先に」進むためには、安心して挑戦できるあつたかいい雰囲気が大切だと考えたからです。

毎朝、運営委員が使ってほしいあつたか言葉を決めて、玄関で呼びかけたり、低・中・高学年のオープンスペースにそのあつたか言葉を掲示したりして、全校のみんながあつたか言葉を意識しながら過ごせるように努めています。継続して活動を行う中で、あつたか言葉を呼びかけるだけでは、どのような場面で使用すればよいかイメージしにくいのではないかと考えました。

そこで、11月から、全校のみんなにあつたか言葉を使った場面を書いてもらい、掲示する「目指せあつたか言葉マスター」という活動を行っています。授業や休み時間に友達から言われた心があつたかくなる言葉を思い出したり、他学年が書いたエピソードを見たりすることで、普段から相手があつたかくなる言葉を意識して使っていこうという気持ちが少しずつ芽生えてきました。これからも活動を続け、出町小学校全体があつたか言葉であふれることを目指します。



〈玄関であつたか言葉を呼びかける子供〉



〈「目指せあつたか言葉マスター」の掲示〉

(運営委員会担当 廉 明弓)

## 1月の主な行事予定

1月 1日 (木)	元日	1月 21日 (水)	3・4年 コンピューター学習 毎月の清潔検査 クラブ
1月 5日 (月)	集金振替日	1月 22日 (木)	避難訓練
1月 8日 (木)	3学期始業式 校内書初大会 給食開始 13:15下校	1月 23日 (金)	4年 校外学習 (栽培漁業センター・漁業文化センター)
1月 9日 (金)	全校身体計測	1月 24日 (土)	春をよぶコンサート 9:45~11:00
1月 14日 (水)	委員会	1月 27日 (火)	研修会のため 14:15下校
1月 15日 (木)	なかよし登校・アルミ缶回収	1月 28日 (水)	委員会
1月 16日 (金)	5年 校外学習 (富山テレビ)	1月 29日 (木)	3年 校外学習 (散居村ミュージアム)
1月 19日 (月)	3・4年 コンピューター学習	1月 30日 (金)	ズック、雑巾持ち帰り
1月 20日 (火)	6年 コンピューター学習 出町中学校入学説明会	1月 31日 (土)	春をよぶコンサート予備日

※1月より、火曜～金曜の「せつぶん教室」は行いません。  
詳しくは11月21日付けのおたよりを確認してください。