



体力・運動能力アップめざして

今週から5・6年の陸上の朝練が始まりました。短期的に見れば、10月11日(木)に予定されている市内陸上交歓会(会場：開成山陸上競技場)に向けての競技力向上が目的ですが、長期的には震災等による運動不足で低下が懸念されている児童一人一人の体力・運動能力の回復と向上が大きいなねらいです。

【新体力テストから見た本校児童の現状】として挙げられることは、

- 「握力」は全学年ともに平均を上回っている。(握力)
- 50メートル走、立ち幅跳びは高学年がやや平均を下回っている。(走・跳)
- ボール投げは低学年が平均を下回っている。(投)
- 反復横跳びは全学年で平均を下回っている。(敏捷性)・・・ということです。

学校としては、外遊びの推奨、運動カード・マラソンカードの活用、学年に応じた体育の時間等での補強など、対策を講じていきます。低下しているところは計画的・意識的に「鍛える」が必要です。そして継続的に「鍛えた」ところは必ず強化されます。

本日、個人ごとの「新体力テスト」の結果も配布します。全国・県の平均との比較をして、今後、体力・運動能力をアップさせていく上での参考にしてください。特に「あなたへのアドバイス」の内容はお家の方とともに読んでください。「生活健康度」も自分の生活を振り返り、生活を改善するヒントになります。



おくれげながら

屋内プールで水泳学習



9月5日(水)、午前中、スポーツクラブ・ライフの屋内プールで今年度初めての水泳学習を行いました。子どもたちにとっては待ちに待った水泳学習でした。低学年は水中ジャンケンや輪くぐりなど、水に慣れることからはじめ、中・高学年ではけのびの姿勢とビート板バタ足などを中心に練習しました。今後は12日(水)にライフの2回目、18日(火)と25日(火)に大教スイミングを予定しています。



〈今年度初めてのプール〉

大好評！真夏の雪遊び



同じ9月5日(水)の午後は郡山冷蔵製氷株式会社のご厚意で「真夏の雪遊び」を本校の校庭で行いました。絶好の真夏日でいくつもの氷が機械で削られ、冷たい雪となって子どもたちに降り注ぎました。降り積もった雪の中で宝ひろいや雪のタワーづくりをして約1時間たっぷり遊びました。

子どもたちは大歓声を上げて、この雪の感触を楽しみました。「グンレイ」の皆さん、真夏に冷たい雪の贈り物、本当にありがとうございました。