

神小だより

11月

第8号

「胸を張って堂々と生きていくために必要なものは何か？」の問いに、あなたはどうか答えますか。あるテレビ番組の一場面です。『容姿』『学歴』『経済力』…と20歳代の若者から、様々な答えが返ってきます。その答えの一つに『じしんのじしん（自身の自信）』がありました。そう茶目っ気たっぷりに答える若者の価値観に私は心をつかまれました。11月9日の学習発表会は、子供たちの『自信』が満ちあふれていました。子供たちの『自信』あふれる姿が、観覧する方々を魅了しました。『自信』は、何にも代えがたいエネルギーとなり、根底でやる気につながる財産であると実感しました。

学習発表会をとおして、多くの人に認められ、更なる自信を付けた子供たち。何か新しいことが始まると、子供たちの心は動いていきます。行動が変わっていきます。続けていくと「努力と挑戦」ができるようになります。そして、あとひとつ必要なものは、ご家族の「ようやっとるな！」「がんばっとるな！」という、ほんの少しの励ましと褒める言葉。これが、子供たちの心の栄養となります。子供たちにとって『自信』が、胸を張って堂々とたくましく生きるための礎となるよう、今後ともご支援とご協力をお願いします。



6年生



1年生



3年生



5年生



2年生



4年生

神小ならではの異年齢集団での遠足

10月11日（金）大塚製薬板野工場・あすたむらんどへ行きました。活動はスマイル班で、見学をしたり、遊んだりしました。神領小学校の特性を生かしたスマイル班の活動では、上級生は、主体的に役割を担いながら下級生に優しく接したり、下級生は、ルールと上級生の言うことをしっかり守り、活動を楽しんだりしました。行事や集会等にスマイル班（異年齢集団）活動を取り入れることで、上学年はリーダーシップや思いやりの心が育ち、下学年は、上学年に対するあこがれの気持ちが育つと共に、異年齢集団の一員だという気持ちが高まります。6年生をはじめ高学年のみなさん、リードして思い出深い遠足にしてくれて、ありがとう！



4年生笑顔いっぱい

アドプト活動・奉仕作業お世話になりました。



校外での道路のゴミ拾い（1・2・3年生）

10月27日（日）、たくさんの保護者の方にご協力いただき、アドプト活動・奉仕作業を実施しました。準備段階で、子供たちには「地球委員会」を中心にアドプト活動の意義や活動内容について説明会を行いました。当日は1～3年生は校外へ出て道路のゴミ拾いを行いました。また、4～6年生は保護者の方と一緒に、各階の窓掃除や体育館の清掃をがんばりました。神山ルーキーズの保護者の皆様には、背丈以上もある鮎喰川の草刈りをしていただきました。子供たちにとって、美しい教育環境に整えていただきましたことに感謝します。ありがとうございました。

体力は「生きる原動力」



3年生も体育科でタグラグビー

日々の体育科の授業を工夫して運動量の確保に努めることはもちろんのこと、放課後を活用して高学年においては、水泳、陸上運動等に全員が参加をして、体力を高めています。

今月に入って運動場では、朝・昼休み時間や放課後を最大限に使って、タグラグビーに取り組んでいます。また、11月25日からの「持久走」の期間を設けて、全校で体を動かす機会を設定して取り組む予定です。運動の上手・下手は関係ありません。体を動かすことに気持ちよさを感じ、体を動かすことに面倒くさがらない子供たちになってほしいと願っています。晩秋で寒くなってきましたが、ご家族で運動する機会を設けて、一緒に取り組んでみてはいかがでしょうか。

お子さんと一緒になわ|本で手軽に気軽な運動しませんか

なわとびは「体幹を鍛え、とくに太ももと腰の強化につながる」の効果が 있습니다。なわとびは体の47種類ほどの筋肉を使う全身運動であり、上半身をまっすぐに保って跳ぶことで、下半身と体幹を鍛える体幹トレーニングとして活用できます。また、跳躍の動作と着地時の姿勢により酷使される、大腿四頭筋（太ももの表側の筋肉）や腰の上部が鍛えられます。つま先で跳び続けるため、ふくらはぎの引き締めにも効果が期待できます。

- ・なわとびのカロリー消費はランニング以上
- ・なわとびの運動強度はランニングより高い

※なわとびの運動強度は、8.0～12.0程度とされています。運動強度（メッツ）とは身体活動の強さを、安静時を1.0としてその何倍に相当するかで表す単位です。走る速さで異なりますが、時速8キロでのランニングのメッツが8.3程度。なわとびは、ゆっくり（毎分100ステップ未満）跳んで8.8、速く（毎分120～160ステップ）跳んで12.3程度に相当しますつまり、ただ跳ぶだけで安静時の8～12倍と、ウォーキングやランニング以上のカロリー消費が期待できる。

独立行政法人 国立健康・栄養研究所 「改訂版 身体活動のメッツ (METs) 表」より

体力アップ活動（タグラグビー）の紹介

～タグフレンドシップフェスティバル出場～

11/23（土）にポカリスエットスタジアム【鳴門】にて、タグラグビーの試合が行われます。

本校から、『神領ブルーアイズ』『アリスマイル神領』が出場します。両チームの活躍に乞うご期待！



町PTA人権教育研修会 【12月1日（日）】 町農村環境改善センター

島崎藤村の不朽の名作が60年ぶりに映画化されました。11月1日付文書（パンフレット含む）、再度11月18日にまちこみメールにてご案内しています。故郷を離れても、つきまとう理不尽な差別の現実と人間の尊厳との間で苦悩する姿を描いた物語です。「なぜ自分の故郷が語れないのか。そうさせているものは一体何なのか」、ぜひ多くの保護者の皆様にご視聴いただき、社会の中にある人権問題について考える機会にさせていただけたら幸いです。

子供の幸せのために、ふるってご参加くださいますようお願いいたします。

「神山チャンネル」で神領小学校紹介動画を配信しています。ぜひご覧ください。神領小学校HPも随時更新しています。併せてご覧ください。



【神領小学校HP】



【かみやまch#174】

