

運動することの価値

校長 浦木 義尚



6年生の表現の一場面

10月25日(日)、第17回運動会を無事に開催することができました。休日に開催でき、昨年度以上に多くの保護者や地域の方にお越しいただけたようです。子供たちを温かく盛大なご声援で励ましてくださったこと、観覧マナーにご協力いただいたおかげで苦情がほとんどなく、教職員が児童の指導と運営に専念できましたこと、PTAをはじめ大勢の保護者の皆様にご協力をいただきましたことに心より感謝いたします。

児童は、運動会本番に向け、自分の目標や学年の目標をもって努力を積み重ねてきました。その証が、本番での歯を食いしばって走る姿、生き生きした目の輝き、堂々とした全身での表現です。また、練習を重ねる中で、走力や表現力などの技能や体力を高めることができました。同時に、目標に向かって努力する力、仲間と協力する力、自分の役割を果たす力なども高めることができましたと思います。体力に加えこれらの力を高めることができるのも運動の良さや価値だといえます。

一般的に小学生の体力は体格とともに年々高まっています。1年生の時よりは2年生の時のほうが体が大きくなり、足も速くなるものです。しかし、私は、コロナ禍のある勤務校で、同じ児童の体力テストの結果が体格は成長していたのに1年前から伸びなかったという結果を数多く目にしました。外出禁止状態が続き、日常的に体を動かすことができなかったのが原因であるのは間違いないでしょう。そこで、コロナ禍の頃の東京都全体の体力調査の結果(5年生)を調べてみると、やはり、コロナ禍から東京都全体の傾向として体力テストの点数は下がっていたのです。運動する機会が失われたことが如何に体力の低下につながったかが如実に表れていると言えます。

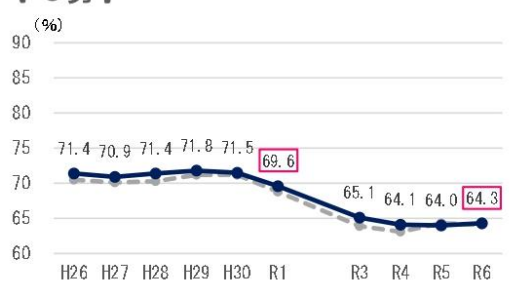
一般的に小学生の体力は体格とともに年々高まっています。1年生の時よりは2年生の時のほうが体が大きくなり、足も速くなるものです。しかし、私は、コロナ禍のある勤務校で、同じ児童の体力テストの結果が体格は成長していたのに1年前から伸びなかったという結果を数多く目にしました。外出禁止状態が続き、日常的に体を動かすことができなかったのが原因であるのは間違いないでしょう。そこで、コロナ禍の頃の東京都全体の体力調査の結果(5年生)を調べてみると、やはり、コロナ禍から東京都全体の傾向として体力テストの点数は下がっていたのです。運動する機会が失われたことが如何に体力の低下につながったかが如実に表れていると言えます。

● 体力・運動能力【 体力総合評価C以上(A+B+C)の割合 】

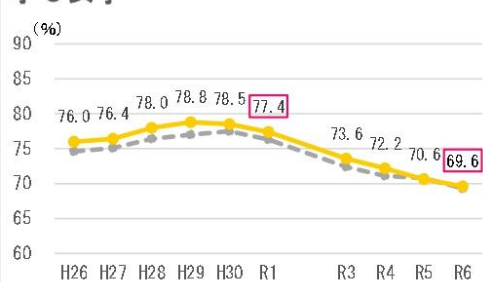
実線は、東京都
点線は、全国平均値

※ 東京都
※ 全国平均値
令和2年度は中止
小5・中2は全国体力・運動能力、運動習慣等調査(全数)
令和2年度は中止
高2は令和5年度体力・運動能力調査(抽出)。令和6年度は未公表。

小5男子



小5女子



令和6年度に公表された東京都体力調査のデータ

私は体力とは、単にスポーツをするためだけの力ではなく、人間が健康的に楽しく安全に生活していくための基本的な力の1つだと思っています。そして、それを培うためには日常的な運動が大切です。小学生が運動する機会は、体育の授業もそうですが、何といても休み時間の体を動かす遊び(運動遊び)です。運動や運動遊びの日常化と体力の向上を目指して、学校では11月に持久走と長縄跳びの取組を始めます。ぜひ、ご家庭におかれましてはお子さんとともに運動遊びをしてみてください。

私は体力とは、単にスポーツをするためだけの力ではなく、人間が健康的に楽しく安全に生活していくための基本的な力の1つだと思っています。そして、それを培うためには日常的な運動が大切です。小学生が運動する機会は、体育の授業もそうですが、何といても休み時間の体を動かす遊び(運動遊び)です。運動や運動遊びの日常化と体力の向上を目指して、学校では11月に持久走と長縄跳びの取組を始めます。ぜひ、ご家庭におかれましてはお子さんとともに運動遊びをしてみてください。

【11月の予定・授業時数】

日にち	曜日		行事等	授業時数					
				1	2	3	4	5	6
1	日								
2	月	中央タイム	安全指導 下校指導(4)	4	5	5	6	6	6
3	火	文化の日							
4	水	特時	4時間授業 研究授業(5-2のみ5時間授業) 心のアンケート 読書週間始(～13日)	4	4	4	4	4	4
5	木	雑木林委員会 集会	持久走(11月5日～12月4日) 下校指導(1・2)	5	5	6	6	6	6
6	金	昼読書	校外学習(1)	5	5	6	6	6	6
7	土								
8	日								
9	月	昼学習		4	5	5	6	6	6
10	火	特時	委員会活動⑦ SC 放課後英語教室⑧	5	5	5	5	6	6
11	水	特時	下校指導(3・5・6)	5	5	5	5	5	5
12	木	集会	避難訓練(火事・二次避難場所) ★	5	5	6	6	6	6
13	金	昼読書	4時間授業 読書週間終	4	4	4	4	4	4
14	土								
15	日								
16	月		4時間授業 研究授業(6-3のみ5時間授業) サポートルーム授業参観 WEEK 始(～20日)	4	4	4	4	4	4
17	火	特時	校外学習(4) SC	5	5	5	6	6	6
18	水	特時	職業体験始(～20日)	5	5	5	5	5	5
19	木	特時	4時間授業 就学時健康診断14:00～	4	4	4	4	4	4
20	金	昼読書	サポートルーム授業参観 WEEK 終 職業体験終 校外学習(1) 予備日	5	5	6	6	6	6
21	土								
22	日		おや GAO フェス						
23	月	勤労感謝の日							
24	火	特時	クラブ活動⑤ SC 3年生クラブ見学	5	5	6	6	6	6
25	水	特時	4時間授業 研究授業(3-1のみ5時間授業)	4	4	4	4	4	4
26	木	新聞委員会 集会	持久走&長縄週間始(～12月3日)	5	5	6	6	6	6
27	金	昼読書	校外学習(あ)	5	5	6	6	6	6
28	土		町田市小学校科学教育センター⑩						
29	日								
30	月	特時	4時間授業 個人面談①	4	4	4	4	4	4
4時間授業(給食あり) 午前授業(給食なし) SC:スクールカウンセラー相談日 ★:移動図書館「そよかぜ号」正門15:30～16:10 *当日の巡回有無は市立図書館のHPをご確認ください。*貸し出しに行く時には道路の横断に気を付けましょう。 「CHU☆OH!子どもひろば」の予定は、「CHU☆OH!子どもひろばだより」をご覧ください。									
【11月の目標】		生活・保健目標 … 寒さに向かって体をきたえましょう							
【11月の目標】		給食目標 … 感謝の気持ちをもっていただきます							
【11月の目標】		安全指導 … 車には気を付けよう							

【12月の主な行事予定】

12日(土)町田市こどもマラソン大会	21日(月)振替休業日
18日(金)作品展(児童鑑賞日)	23日(水)給食終
19日(土)作品展(保護者鑑賞日)	25日(金)終わりの会

【11月の主な予定・学校からのお知らせ】

●ふれあい月間

11月は、6月に引き続き『ふれあい月間』となっています。ふれあい月間では、友達とのより良い関わり大切さについて深く考え、今後の生活に生かしていく声掛け、指導をしていきます。学校全体が温かい雰囲気に包まれ、児童が笑顔で安心して学校生活が送れるよう、教職員一同指導にあたっていきます。ご家庭でも、このふれあい月間を機会にして、お子さんと『温かい言葉掛けや行動』について話し合っていただけると幸いです。

●読書週間

本校の読書週間は、11月4日(水)～13日(金)までです。ご家庭におかれましても、読書カードを活用した取組にご協力いただければと思います。朝読書、読み聞かせ、図書館の新図書の入荷など、今後も読書の習慣を充実していきます。

●持久走・長縄で体力向上

本校では、例年、持久走と長縄跳びを実施しております。児童の体力向上に重きをおき、体を動かす習慣を身に付けていくよう指導しています。走りやすい運動靴等で登校をお願いします。

【実施期間】持久走：11月5日(木)～12月4日(金) ※体育の授業内で行います。

持久走&長縄週間：11月26日(木)～12月3日(木) ※中休みに行います。

●小中連携 ～職場体験～

11月18日(水)～20日(金)までの3日間、本校で小山中学校の生徒が職場体験を行います。職場体験は、生徒が望ましい職業観を身に付け、地域で働く方々と接する中で「生き方」、「考え方」、「社会との関わり方」を学ぶ機会となります。

地域の中で育つ子供たちをみんなで育てていきたいと思っています。毎年、卒業生も来てくれるので、教員も成長した姿を見ることができのを楽しみにしています。

●就学時健康診断 19日(木)

来年度入学予定のお子さんが本校で健康診断を受けます。受付開始が13時40分ですので、在校生は特別時程の4時間授業(給食あり)で下校となります。 ***まちともはお休みです。**

●3年クラブ見学 24日(火)

4年生から始まるクラブ活動を選ぶため、3年生がクラブ活動の様子を見学に回ります。

本校では現在12(運動系7、文化系5)のクラブがあります。それぞれどのような活動をしているのかを見て、4年生になったら自分が入りたいクラブを決めるための大切な機会です。

クラブ活動終了は15時05分です。3年生は普段より下校が遅くなりますので、よろしくお願いします。

●個人面談のお知らせ 30日(月)～12月4日(金)

1人あたりの面談の時間は15分程度です。お子さんのご家庭での様子を伺い、お子さんの良さや学校での生活面、学習面の様子を保護者の方にお伝えし、今後の指導に役立てたいと考えております。面談実施日である、11月30日(月)～12月3日(木)は特別時程4時間授業(給食あり)、4日(金)のみ5時間授業となります。

●おや GAO フェス 合唱団出演のお知らせ 22日(日)

近隣のまちだテクノパークにて、小山・小山ヶ丘地域ふれあいイベントである、おや GAO フェスが開催されます。ステージでは地元の小山・小山ヶ丘で活動する団体を中心に様々な演目を披露するそうです。

本校合唱団の出演時間は、10:40～ と予定されております。

●5年生おや GAO フェス参加のお知らせ

5年生の総合の学習において、古紙回収の取組を行っています。当日の参加は希望制となっており、後日、出席確認のプリントをお配りします。よろしくお願いいたします。

【学年・あおば・きらりからのお知らせ】

【1年生】

●図工 あさがおのリース作り

アサガオのつるでリースを作ります。リースにつける飾りをご家庭でご用意ください。

□ リボン 長さ1m15cm～1m30cm位

(リースに巻く)

□ 飾り付けできるもの

(毛糸、ボタン、どんぐり、リボン、モール、ビーズ等)

ビニール袋(見えるところに記名)に入れて、

11月13日(金)までに持たせてください。

●縄跳びについて

体育で、短縄跳びの学習に入ります。短縄は学校で購入します。持ち帰りましたら、短縄の真ん中を足で踏み、持ち手が胸とおへその間くらいになる長さに調整をお願いします。調整・記名ができれば、学校に持たせてください。12月までは学校に置いておきます。

●校外学習について ～小山内裏公園～

どんぐりや落葉などを探しにいきます。お弁当が必要になります。ご準備をお願いします。詳しくは、しおりをご確認ください。

■ 11月6日(金)リュックサックにお弁当を入れて登校します。

■ 雨天で、20日(金)に延期になった場合は、学校で給食を食べますので、お弁当は必要ありません。リュックサックで登校します。

【2年生】

●新しいノートの購入について

使っているノートのページがなくなりましたら、算数17マス、国語15マスリーダー入りをご家庭でご用意ください。

●図工の材料準備のお願い

「カラフルバード」の学習で、500mLの炭酸飲料のペットボトル(丸みのあるもの)を使用します。ペットボトルキャップ部分に記名をして、**13日(金)**までに持たせてください。

【3年生】

●研究授業について【3年1組のみ】

11月25日(水)の5時間目に3年1組で校内研究の一環として、研究授業を行います。

3年1組の下校時刻は**14:15頃**となります。他の学年・クラスとは下校時刻が異なりますので、ご注意ください。

【4年生】

●後期 総合的な学習の時間について

現在子供たちは、「だれもが関わりあえる社会」をテーマに総合的な学習の時間を進めています。

高齢者についての学習の一環として、高齢者を学校に招き、交流する活動を行います。地域の高齢者をお呼びしての活動となりますが、子供たちが招待したい高齢者の方にお誘いや招待状をお渡しすることがありますのでご承知おきください。

日時:**11月11日(水)** 9:00～10:00

場所:3階 各クラス

【5年生】

●研究授業について【5年2組のみ】

11月4日(水)の5時間目に5年2組で町田市の研究の一環として、研究授業を行います。

5年2組の下校時刻は**14:40頃**となります。他の学年・クラスとは下校時刻が異なりますので、ご注意ください。

●連合音楽会について

(1) 連音発表集会

日 時: 12月4日(金) 12:45～

場 所: 体育館

保護者の皆様もご参観いただけます。

(2) 連合音楽会

日 時: 12月9日(水) 午前中

場 所: 町田市民ホール

登校時間: 7時50分予定

衣 装: 中央小Tシャツ、下は自由(※)

※演奏会のため、ジャージやダメージジーンズはご遠慮ください。

貸し切りバスで向かいます。保護者の皆様のご参観はできません。

◆持ち物など連合音楽会に関する詳細は、「連音音楽室だより」にてお知らせします。

【6年生】

●研究授業について【6年3組のみ】

11月16日(月)の5時間目に6年3組で校内研究の一環として、研究授業を行います。

6年3組の下校時刻は**14:15頃**となります。他の学年・クラスとは下校時刻が異なりますので、ご注意ください。

●家庭科について

「こんだてを工夫して」では、じゃがいもの皮を包丁でむく学習を行います。事前にご家庭で練習しておくことと安全に調理実習をすることができます。また、調理実習後、夕食のおかずを作る実践があります。ご協力をお願いいたします。

11月2日(月)までに、調理実習の準備をお願いします。

・**白衣、ふきん2枚、給食セット、ハンカチ**

調理実習後、作品展のクッションの仕上げに入ります。

11月6日(金)までに、以下のご用意をお願いいたします。

- ・裁縫用具の手縫い糸(細口)→赤色、黒色、白色のうち、使い切った糸の補充
- ・40cm×40cmのクッションを入れる袋(保管用)

●卒業関係書類作成のお願い

「卒業関係書類作成のお願い」という書類を、**11月24日(火)**に配布します。卒業証書や進学に関する書類の作成についてのお願いです。提出は個人面談のときをお願いします。(記入できるところはすべて記入してお持ちください。)

【あおば】

●味噌作り体験について

12月2日(水)に味噌作り体験をします。井上粧店の方々に教えていただきます。体験の費用は一人あたり1400円になります。後日、お便りを配布しますのでご確認ください。

●校外学習について

11月27日(金)に校外学習があります。科学技術館へ行く予定です。お弁当のご準備をお願いいたします。後日、しおりを配布いたします。詳細は、しおりでご確認ください。雨天決行予定です。

また、校外学習に伴い、校外学習に持っていくためのおやつのお買い物学習も予定しています。こちらも、詳細は後日配布するお便りをご確認くださいませようをお願いいたします。

※お子さんの該当学年のお知らせの欄もご確認ください。

【きらり】

●校外学習について

目 的: 公共交通機関や、公共施設の利用の仕方を
知り、マナーを守って利用する。

日 時: 12月3日(木) 8:10学校集合

場 所: 市立相模原麻溝公園

☆詳細は後日配布するしおりをご確認ください。

※お子さんの該当学年のお知らせの欄もご確認ください。

【学習予定】

教科	1年生	2年生
国語	くじらぐも まちがいをなおそう しらせたいな、見せたいな かん字のはなし ことばをたのしもう	紙コップ花火の作り方 主語と述語に気をつけよう かん字の読み方 秋がいっぱい そうだんにのってください
算数	たしざん ひきざん	かけ算(1) かけ算(2)
生活	あきとともだち みんなのにこにこ大さくせん	動物園へ行こう
音楽	がっきと なかよく なろう	リズムをかさねて楽しもう
図工	くじらぐもにのって あったらしいな、ゆめのケーキ	どうぶつさんといっしょに まごころメダルをプレゼント カラフルバード
体育	ボールゲーム 鉄棒を使った運動遊び 跳の運動遊び	多様な動きをつくる運動遊び ボール投げゲーム
道徳	国際理解、国際親善 節度、節制 伝統と文化の尊重、国や 郷土を愛する態度 正直、誠実	規則の尊重 個性の伸長 親切、思いやり よりよい学校生活、集団生活の充実

教科	3年生	4年生
国語	ちいちゃんのかげおくり 修飾語を使って書こう 秋のくらし すがたをかえる大豆	クラスのみんなどで決めるには 未来につなぐ工芸品 慣用句 短歌・俳句に親しもう
社会	火災から地域の安全を守る 事故から地域の安全を守る	東京都の伝統や文化
算数	大きい数 小数 三角形と角	式と計算 小数 そろばん
理科	太陽と地面 光	秋と生き物 ものの温度と体積
音楽	せんりつの重なりをかんじとろう	いろいろな音のひびきを楽しもう
図工	落ち葉の世界 粘土ランド	ギコトタウン
体育	町田ボール プレールボール	幅跳び 高跳び ゴール型ゲーム 表現運動
総合	地域の宝を見つけよう	だれもがかかわりあえる社会
道徳	公正 勤労 相互理解 希望と勇氣	家族愛 自然愛護 郷土愛 善悪の判断
外国語活動	ALPHABET、絵本を読もう	ALPHABET、絵本を読もう

教科	5年生	6年生
国語	浦島太郎「御伽草子」より 和語・漢語・外来語 固有種が教えてくれること 自然環境を守るために 統計資料の読み方 カンジー博士の暗号解読	古典芸能の世界 カンジー博士 みんなで楽しく過ごすために
社会	自動車をつくる工業 工業生産を支える輸送と貿易 これからの工業生産とわたしたち	戦国の世から天下統一へ 江戸幕府と政治の安定 町人の文化と新しい学問
算数	分数と小数、整数の関係 割合(1) 図形の面積	拡大図と縮図 比例と反比例
理科	流れる水と土地／川と災害 もののとけ方	水溶液 土地のつくり
音楽	詩と音楽の関わりを味わおう	詩と音楽の関わりを味わおう
図工	ミラクルミラーワールド	水の流れ、水の形
家庭科	ランチョンマット作り フェルトで作るわたしの顔 ※裁縫用具を使います	こんだてを工夫して 生活を豊かにソーイング
体育	ベースボール型(ティーボール) ハードル走 跳び箱運動	ゴール型(バスケットボール) 走り高跳び 鉄棒
総合	ペパルンプロジェクト(環境教育)	よりよい人生プロジェクト
道徳	希望と勇氣、努力と強い意志 規則の尊重 相互理解、寛容 よりよく生きる喜び	家族愛、家族生活の充実 よりよい学校生活、集団生活の 充実 規則の尊重 正直、誠実
外国語	She is my hero.	My best memory is the school trip.