



「運動の楽しさを味わってほしい」

副校長 中村 亜紀

初秋の長雨や曇天が続いていますが、涼しい風が吹き抜け、秋が感じられるようになりました。校庭や体育館では運動会の練習に励む子供たちの元気な声が聞こえてくるようになりました。子供たちの中には「走るのが好き」「サッカー、野球、ダンスが好き」「外で遊ぶのが好き」と話す子がいる一方、「運動はうまくできない、苦手」と話す子もいます。学校では運動に合わせた技能を身に付けるだけではなく、「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成」や「運動の楽しさ・喜びを味わう」ことを大切にしています。「運動の楽しさ・喜び」は人によって千差万別だとは思いますが、「できた」と思う達成感、「やりきった」という爽快感、思いっきり体を動かす「開放感」、ゲーム等でのハラハラドキドキ感、工夫する楽しさ、そして、仲間やチームでのつながりによる「連帯感」、1回で終わらずまたやりたくなる楽しさ…様々考えられます。また、この楽しさがすぐに得られないことも多く、試行錯誤していく中で、工夫したり、修正したりして、体と脳が連携する力が高まっています。運動は子供たちから見て「できた・できなかった」ばかりがクローズアップされがちですが、運動から得られる様々な楽しさを子供たちと共有したいと思います。

近年の神経科学の研究において、「楽しい」と感じる時に、ドーパミン等の神経伝達物質が分泌され、快感が得られ、もう一度やってみたくなる、このサイクルが繰り返されると自ら楽しそうなことを見つけて集中して取り組むようになることが分かってきているそうです。また、ドーパミンの分泌は、思考、判断、計画、感情や衝動のコントロールを担う前頭前野の健やかな育ちにも影響があるそうです。実際に授業の様子を見てみると、ただ楽しいだけではなく、楽しいから考え、工夫しようとする、計画的に次のステップに挑戦しようとする子供たちの様子が見られます。モノや情報が豊かな現代だからこそ、子供たちの成長に向けてどのような環境で、どのような経験をしていくかを考えていくことが大事だなと感じます。

10月31日には「運動会」を開催します。運動会当日には、一人一人が全力を尽くす姿に、温かい拍手と大きなご声援をよろしくお願いいたします。また、近隣の皆様におかれましては、練習期間中からの音響等へのご理解とご協力に、心より感謝申し上げます。

始業式・9月の全校朝会より

- 1学期に頑張ったこと、もっと頑張ろうと思ったことがあったら。2学期も頑張る目標を決めよう。決めたら続けて頑張ることが大切。校長は2学期も笑顔であいさつをします。そして、みんなと授業をしていきたいと思っています。
- 来週の月曜日、5年生が武石移動教室に出かける。上北小代表として頑張る5年生に拍手！
- 先週5年生が、武石移動教室に行ってきた。出発は臨時休校の日。3日間雨が降ったり止んだりの繰り返しだったが、5年生はいつもすぐに切り替えて行動できた。特に3日目朝、てきぱきと短時間で部屋をきれいに片付けて掃除できたのは立派だった。頑張った5年生に拍手！
- 今朝は何人とあいさつをしたか。今日の天気のように、気持ちのよいあいさつをしていこう。

10月の生活目標「最後までやりぬこう」

運動会が近づいてきました。「最後までやりぬく」ためにはどのように頑張るか、目標をたてる必要があります。そして、その達成ためにはもちろん本人の頑張りが一番大切ですが、周囲の人の支えも必要です。多くの子供たちが目標を達成できるよう、ご家庭と協力ができればと思います。

また、準備や片付け、最後の礼までしっかり行い、お互いに気持ちよく生活ができるよう、声をかけていきます。

欠席連絡はSigfyをご活用ください

欠席や遅刻、早退の連絡は連絡網サービスアプリ「Sigfy」で行っていただいています。欠席当日の朝、8時10分までにご連絡ください。あらかじめわかっている欠席等は3日前から連絡が可能です。ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

生活時程

- ・下校時刻は4月配付の生活時程をご覧ください。
- ・火、金曜日は掃除なしのS時程。下校時刻が15分早まります。

10月の学校行事と授業時数

日	曜	時程	学校行事 等	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	木		都民の日						
2	金	S	安全指導 セーフティ教室(4)	4	5	5	6	6	6
3	土								
4	日								
5	月	・	委員会活動 たてわり班活動 卒業アルバム撮影(6)	5	5	5	5	6	6
6	火	S		5	5	6	6	6	6
7	水	・	特別時程 4時間授業(研究会のため)	4	4	4	4	4	4
8	木	・	秋の歯科検診(全) 校内研究授業(4年4組のみ5時間授業)	4	4	4	4	4	4
9	金	S	読書旬間終 避難訓練	5	5	5	6	6	6
10	土								
11	日								
12	月								
13	火	S	お米の学校(5)	5	5	6	6	6	6
14	水	・		5	5	5	5	5	5
15	木	・	児童集会(集会)	5	5	6	6	6	6
16	金	S	運動会児童係活動(6)①	5	5	5	5	5	6
17	土								
18	日								
19	月	・		5	5	5	6	6	6
20	火	S	全校練習① 宿泊学習事前健診(み)	5	5	6	6	6	6
21	水	・	みつば学級宿泊学習(み) 校区别協議会	4	4	4	4	4	4
22	木	・	みつば学級宿泊学習(み)	5	5	6	6	6	6
23	金	S	みつば学級宿泊学習(み)	5	5	5	6	6	6
24	土								
25	日								
26	月	・		5	5	5	6	6	6
27	火	S	運動会児童係活動(6・5一部)②	5	5	5	5	5	6
28	水	・	全校練習②	5	5	5	5	5	5
29	木	・	運動会リハーサル	5	5	6	6	6	6
30	金	S	運動会前日準備(6)	5	5	5	5	5	6
31	土	S	運動会	5	5	5	5	5	5

※10月31日(土)運動会の詳細については、後日配付されるお便りをご確認ください。

※カッコ内の数字は実施学年、右欄の数字はその日の授業時間数を表します。