



サルビア

令和2年7月15日 第12号

子供たちの体力向上への取組 ～体育部作成サーキットトレーニングと職員講習会～

本校では、今年度より体育の授業前に行うサーキットトレーニングメニューを作成しました。これは、「自分の力を精一杯発揮して、たくさんの仲間と関わり合いながら運動を楽しむ児童を育てる」ことをねらいとして、臨時休校による体力低下の解消と全国体力・運動能力、運動習慣等調査（スポーツ庁）の結果改善を目指しています。臨時休業中に各学年の体育担当（以下「体育部」という）が協力して、裏面①～⑦の活動をベースにして作成しました。

すべての先生が子供たちに上手に指導できるように、学校再開一週目の6月4日（木）の午後、体育部の先生を講師として指導ポイントの講習会を行いました。



②うでたてキープ



⑥両足ジャンプ



③まとあて(体育授業)

東小オリンピック～モジュールタイムで開催、運動会団別対抗～



右側に立っている高学年児童が進行します

本校は、これまで、子供たちの絆づくりと社会性を育むことを目的に、運動会の団を活用した異学年交流「なかよし集会」を行ってきました。今年度は、そこに体育的な要素を加えた集会「東小オリンピック」を行っています。

1～6年生までが一緒に準備作業をしたり体を動かしたりすることで、低学年の子供は高学年の動きを見て真似ようとし、高学年の子供はリーダーシップを発揮しながら班員の手本となれるように意識を高めています。

つなぐ つながる いせさきの食育 ～学校給食を核に みんながつながって みんなが元気～



伊勢崎市教育委員会と市小中学校長会では、学校給食を核とした食育をすすめることで関係者みんながつながってみんなが元気になるように、市経済部農政課の協力と伊勢崎佐波医師会の協賛のもと、学校給食や地場産の農産物を紹介するチラシ(左図)を作成し、各家庭に配布しました。本校の子供たちは、本日掲載給食を味わいました。

将来、成長した子供たちがスーパー等で伊勢崎産の食材を見かけたときに、楽しかった学校生活やおいしかった給食を懐かしく思い出す…そんな幸せなひとときをもてることを思い描いています。

東小サーキットトレーニングメニュー

①カエルの足うち



3~5回を
3セット

②うでたてキープ



左右5秒ずつ
(両手10秒)

③まとあて



3回
挑戦

④サイドステップ



北向き
から

⑤片足けんけん



5回ずつ

⑥両足ジャンプ



砂場の
はじまで

⑦スキップ



朝礼台
まで

<校庭活用図>

