



### 小中連携事業「集団行動」(6年生)

11月29日(水)、6年生は小中連携事業である「集団行動」(体育)を受けました。教えてくれる先生は、南中学校の1年生。今年の3月まで本校に通っていた卒業生も多くいたようです。

まず、南中1年生が「集団行動」の見本を見せ、その後、8~10人の班ごとに中学生がついて、中学校で行われる「気をつけ」「休め」の姿勢や2列縦隊、横隊から3列縦隊、横隊になる方法などを指導してくれました。

南中との小中連携事業は昨年度も行われており、中学生に向けての気持ちを高めるいい機会となったことでしょう。また、南中の先生からは、「今年の6年生は体操服の忘れ物がなかったですね。」とお褒めの言葉をいただきました。



### 給食について(1年生)

4日(月)~8日(金)に、1年生は毎日食べている給食がどのように作られているのか、給食センターの方から教えていただきました。給食センターで実際に使われている巨大なしゃもじやひしゃく、1000人のおかずを1度に作るお鍋の大きさにびっくり。給食センターの方が嬉しいと思うことと悲しいと思うことを知り、自分の身体を健康に、そして、大きく育てるように好き嫌いをなくしてしっかり食べることを学びました。

### ハッスルタイム

1日(金)から毎週金曜日の業間休みに、全校生が運動場に集まり縄跳びをする「ハッスルタイム」が始まりました。

縄跳びには、次のような効果があるとされています。

①全身運動ができる。

縄跳びは、足・手・肩・腹筋など全身

を使う運動。そのため、全身の能力をまんべんなく高めることができる。

②体のバランスが良くなる。

縄跳びは左右同じ動作をするので、体の左右の筋肉がバランスよく鍛えられ、体のゆがみや筋肉の偏りがなくなり、色々な動きに対応できるようになる。

③持久力がつく。

縄跳びを繰り返し跳ぶことで、自然と持久力がつく。集中力もつく。

④リズム感を養える。

縄跳びは一定のリズムで跳び続けるので、リズム感が養われる。リズム感がよいと球技などで強みを発揮できる。

このように縄跳びは一見単純そうな動きに見えますが、色々な要素が組み合わさって出来る運動なので、バランスよく色々な力をつけるにはもってこいです。

### 交通事故に注意!!

先日、市内の小学生が交通事故に遭い、亡くなるという悲しいニュースを耳にした方も多いかと思います。こちらが正しく通行していたとしても、相手の不注意によって事故に遭うこともあります。特に年末を控える今は、交通事故の発生が多くなります。自分の命は自分で守るためにも、交通ルールを守ることはもちろん、信号が青になっても左右をしっかりと確認してから道路を渡るなど、学校でも注意を促しています。ご家庭でも、今一度、お子さんに注意をお願いします。

