

東舞子

2016/2/1 (2月号)

神戸市立東舞子小学校

平成27年度学校だより

<http://www.kobe-c.ed.jp/hmi-es>

「寒さに負けないひがまっ子に」

今年の冬は暖冬と言いながら、10年に一度の大寒波が来るなど、不安定な天候が続いています。「子供は風の子」という言葉も最近ではめったに聞かれず、何となく寒い時は室内での遊びになる傾向の今日ですが、やはり子供たちには戸外での運動遊びが大切です。学童期の子供たちは体力面の成長のゴールデンエイジと呼ばれるように、発育の貴重な時期を迎えています。定説では、神経系の発達著しい幼児期には動作の習得を、心肺機能が発達する学童期には粘り強さを、筋肉が発達する思春期には力強さを習得することが勧められています。子供たちの健全な成長の為には、その時期に応じた適切な身体活動やスポーツを体験し、運動習慣をつける必要があります。子供のころの運動は、子供の心身の健康に寄与するばかりでなく、成人した後の健康にも影響を及ぼすと言われるようにとても大事なものです。

文部科学省の調査によりますと、現在の子供たちの体力は、最も充実していた昭和60年のレベルに遠く及ばず、一部向上が見られるものの全体的には低迷を続けています。最近の傾向は、運動する子としない子というように二極化し、運動をしない子の運動不足はさらに深刻になっています。本校でも、毎年、5年生を対象に「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」を行っています。どれぐらいの時間、運動に親しんでいるかという運動習慣については、ほぼ全国平均に近い数値で標準的ですが、全国の傾向と同様に戸外での運動遊びの時間が多く取れているとは言えない現状です。体力的には、全国平均と比べて、握力の数値がかなり高く際立っています。逆に、上体そらしと長座体前屈が男女ともに低く、柔軟性に課題があることが分かりました。さらに、50m走の記録も若干低く、反復横跳びでは全国平均よりかなり低いという結果になっています。「運動が得意なひがまっ子」というイメージがあるのですが、体力テストの数値では課題が見つかりました。そこで、先生方で話し合っ、この3学期、全校で縄跳び運動に力を入れようとしています。縄跳び運動は、敏捷性や跳躍力を養うだけでなく、全身持久力という粘り強く運動を続ける力もつく、学童期にぴったりの運動です。始業前の朝の時間、低学年と高学年に分かれて運動場で「なわとび名人タイム」を行い、音楽のリズムに合わせて、いろいろな跳び方に挑戦します。学年ごとに、「なわとびカード」を作成し、休み時間や普段の遊びの中でも自分で目標をもって練習できるようにしています。縄跳び運動は、家の近くのちょっとしたスペースでもできる運動ですので、放課後、家庭でも取り組むよう子供たちを励ましていただければたいへんありがたいです。

延命地蔵 “HIGAMAI WALKER” ②

ご存知でしょうか。舞子駅よりやや西の国道2号線沿いにひととき大きなお地蔵様がいらっしゃいます。「延命地蔵」というお名前、幟も立っています。舞子の浜の沖合は、潮の流れが速く昔から航海の難所でした。お地蔵様を建て、お祈りをすれば、遭難もなく子供たちを守ってくださるという僧侶の教えに従い、1825年(江戸時代後期)、当時の山田村(この辺りはかつて山田村でした。)の区長さんが、御影の石工に造らせたのだそうです。目につきやすい所におられますので、「あっ、これが!」と思っただければ嬉しいです。

校長 小野晃弘

