



清風

南砺市立上平小学校
学校だより
令和4年9月
上平小学校ホームページ
<http://kamitaira-e.el.tym.ed.jp>

上平小学校大好き！

校長 中町 寿子

9月1日（木）、南砺市教育委員会の取組として、上平小学校の学校紹介プロモーションビデオが、市や本校のホームページを通じて公開されました。本校の特色ある教育活動をどんな内容や構成で作成すべきか、教職員みんなで知恵を絞り何度も話し合いました。本校は、校舎、地域の自然・伝統・文化、それに携わる方々、そしてなんととっても子供たちそのものなど、魅力あふれる学校です。そこで、校歌が、本校のよさを端的に表現していることから、「ともに生きている」「いつも凜とする」「ふるさと愛する」の歌詞に合わせて、写真や映像を組み合わせることにしました。また、美しく温かみあふれる校舎とかわいい子供たちもできるだけ紹介したいと考え、目一杯思いを詰め込んで作成しました。ナレーションは本校の本田教諭が担当し、市にはドローン撮影も依頼しました。試作動画が送られてきた時には、上平小学校PTAの酒井会長さんや副会長さん方にもご意見をいただき、その後、公開前日の夕方までかけて細かい修正を業者に依頼し、ようやく公開の運びとなりました。ぜひ、5分57秒の動画をご覧ください、ご意見をいただけますと幸いです。



《上平小学校プロモーションビデオ》



プロモーションビデオはYouTubeでご覧になれます。ぜひご覧ください。

上平小学校

URL : <https://onl.sc/J3DfahN>



平中学校

URL : <https://onl.sc/j9KnCrn>



自分の得意な運動、苦手な運動ってなんだろう？

体育主任 上野 琢磨

この記事を読んでおられる方の多くは「体力テスト」を経験したことがあると思います。1964年から開始され、1999年には「新体力テスト」と名前を変え、現在でも全国の小中学校で行われています。このテストは「子どもの体力の状況を把握するとともに、日常生活における運動習慣及び基本的な生活習慣などの状況を把握し、その改善を通して、体力・運動能力を向上させることを目的」としています。本校では、体力テストの結果を分析し、苦手としている運動を見付け、改善するようにしています。

本校の運動課題は柔軟性で、測定種目は長座体前屈です。昨年度の本校の記録は、富山県平均記録や南砺市平均記録よりも下回っていました。柔軟性が低いと右枠内のような問題点があります。

このような問題点から、本校では2学期の毎週火曜、木曜の業間運動（もりもりタイム）には、最初柔軟性を高めるストレッチをします。次に目標記録を立てて長座体前屈の記録を測定し、のびを実感できるようにしています。教員も一緒に測定を行い、学校全体で柔軟性の向上に取り組んでいます。柔軟性が向上して、いろいろな運動ができる喜びを感じてほしいと思います。

柔軟性が低いと・・・

- ① けがをしやすくなる
→可動域が狭くなることで関節に負担がかかったり、筋肉に過度な負荷がかかりやすくなったりする。
- ② 運動能力が低下する
→可動域が狭くなることで動きに制限がかかったり、筋肉の出力が下がったりする。
- ③ 疲労が溜まりやすくなる、抜けにくくなる
→筋肉が伸びづらいことで、負荷が一部にかかりやすく疲労が溜まりやすくなったり、筋肉が伸長しづらいことで、疲労が抜けにくくなったりする。

学習発表会について（地域の皆様へ）

10月15日（土）、本校の学習発表会を開催いたします。しかし、いまだ収束の気配がみられない新型コロナウイルス感染症の対策のため、今年度も保護者の方々の参加人数を制限させていただく予定です。同様に、招待者の方々も限定させていただくことといたしました。本来であれば、お一人お一人にご案内すべきところですが、本学校だよりへの掲載をもって、招待者の方々へのご連絡に代えさせていただきます。地域の皆様にはぜひともご理解くださいますようお願い申し上げます。