



令和4年度 西五百川小学校だより

# ポ プ ラ

第4号 令和4年7月13日 校長 鈴木正直

## もっと泳げるようになりたい！



6月13日(月)プール開きをしました。青くキラキラ輝くプールを前に、お神酒と塩でプールを清めて安全祈願をした後、水泳学習のルールを確認しました。

連日の暑さもあって、みんな水泳が大好きです。水泳学習への意欲の高まりとともに、ずいぶん泳ぎが上手になってきました。低学年は、宝探しや水中ジャンケン、ワニやイルカのまねをして、水慣れをしています。高学年は、おもにキックやストロークの基本動作を練習しています。担任の先生から、手取り足取り丁寧に泳ぎを教えてもらい、グングンと泳力を伸ばしています。水泳は、克服型のスポーツと言われていいます。「できないこと」が「できるようになる」ために、何をどうすればいいのかを学び、失敗しながらチャレンジし続けることで「できた時の喜び」が自信となっていきます。自分の力に合った目標を立てて、自己ベストをめざして、最後までがんばって泳ぎきる力をつけていきたいものです。

### 【泳ぎが上達する大切なポイント】

- ①伏し浮き(顔をつけたまま浮かぶこと)  
: 体の力をぬいて姿勢を伸ばす。一直線にする。
- ②壁キック: もぐってから、強く壁をけて!  
1回のキックでどこまで進むかな。  
慣れてきたら「イルカ飛び」にも挑戦してみよう。
- ③息つき: 水中で鼻で長く息を吐き、顔を横に上げて口から「パッ!」と吸い込む。身体を反転させる。



## 校内水泳記録会！！ 7月20日(水) 開催

- 10:40 開会式～ウォーミングアップ  
11:00 競技開始 1人2種目に出場します。  
12:00 競技終了(予定)  
12:10 閉会式



努力した！ コツをつかんだ！ できた！！ その喜びを重ねよう！



# 合同宿泊学習!! 自然体験

6月15日(水)、16日(木)朝日少年自然の家で朝日町の5年生が合同で宿泊学習を行いました。自然の冒険やドラム缶風呂、ボンファイヤー、勾玉づくり、プラネタリウムなどのたくさんの自然体験活動をしてきました。宮宿小と大谷小の仲間と、集団行動のルールを守りながら、力を合わせて楽しく活動し、友情を育んできました。



## 1年生 親子で勉強会 自転車・交通安全教室 給食 保健



6月15日(水)1年生が授業参観と親子給食の後、常盤駐在所巡査の井上さんと朝日町交通指導員の武田さんから、自転車の安全な乗り方を教えていただきました。自転車は、とっても便利な乗り物ですが、乗り方しだいでは、危険な乗り物になります。最近、自転車による重大な事故が多発しているようです。自転車も歩行者も絶対に交通事故にあわないように気をつけてください。みんなの大切な命を守りましょう。

また、保健指導では保健室の渋谷夏海先生が、骨の成長と砂糖の関係を清涼飲料水を用いて話をしました。健康づくりについて、家族で考える良いきっかけとなりました。飲み過ぎに注意しましょう。

