



コスモス

校訓：支え合い 学び合い たくましく
学校教育目標

「ふるさとを愛し 志をもって
チャレンジする人を育てる」

休み時間に運動遊びをする子が増えています！！

熱中症指数も下がり、「昼休みはできるだけ運動場に出て遊びましょう！」という呼びかけをできる季節になりました。小学生の時代に、運動遊びに取り組むことは極めて大切なことです。理由として、主に次のことがあると思います。

- 平衡感覚・逆さ感覚等々、子どもの頃に身に付けるのが最適だと言われている様々な運動感覚を身に付けることができます。一輪車などはその典型的な例で、低学年から中学年の子どもたちはちょっと続けて練習すれば、ある程度の努力で乗ることができるようになることが多いですが、それ以上大きくなると、何倍もの努力が必要になることが多いようです。鉄棒の前回りは誰でもできると思われる方が多いかもしれませんが、逆さになる感覚が身に付いていないと、怖くて布団干し状態になることができません。こういった感覚的なことは、低学年・中学年の内に身に付けたいものです。
- いろいろな動きを覚えることができます。例えば、ドッジボール遊びをやれば、ボールを投げたり受けたりする動きを遊びの中で覚えることができます。サッカー遊びをすれば、蹴ったり止めたりする動きを体が覚えます。ボールが怖くなくなり、ボールに対して動いたり、パスをもらうために空間を見つけて動いたりすることも体が覚えます。
- 脚や体全体が力強くなります。力強さが高まる時期は主に中学生以上ですが、小学生でもある程度の力強さは必要です。筋力トレーニングではなく、運動遊びをすることで、適度な筋力が身に付きます。
- 健康な体を作ることができます。健康な体と一口に言っても様々な要素がありますが、適度な量の日光を浴びることで、骨が丈夫になりますし、外のきれいな空気を吸うことができます。
- 心もますます健康になります。適度な運動をして、すっきりした気持ちになった経験があると思いますが、体と心（脳）はつながっているので、運動をすることは心（脳）の安定にもつながります。
- 仲間とのつながりが豊かになります。他のことでも仲間とのつながりはできますが、いっしょに楽しく運動遊びをすることで、仲間の輪が広がります。

勉強の補充や委員会の仕事、読書、室内遊び等、休み時間と言っても結構忙しい学校生活ですが、過ごしやすいこの時期の休み時間に、楽しく運動遊びをして、体も心もますます健康になっていきましょう。

箏をひいてみよう

4年生の音楽の教科書には、〈チャレンジ「ことをひいてみよう」〉がありますが、箏の体験はいつもできるものではありません。しかし、財田小学校には箏が何と6面（めん 箏の数え方）もあり、とても恵まれています。しかし、箏はやはりすこし特別な楽器なので、箏を教えられる人はそう多くはいません。そこで、高橋先生という箏の先生をゲストティーチャーにお招きして、4年生が教えていただきました。

驚きの連続でした。箏の糸（弦）の数は、一般的には13本。自分から遠い方から、一二三・・・九十と数え、続きは斗（と）為（い）巾（きん）と数えるそうです。楽譜はこの数字を使って書かれています。親指・人さし指・中指に爪をはめ、糸をはじいて音を出します。姿勢も大事だということです。

子どもたちは交代で爪を付けて箏を弾き、高橋先生の声に合わせて、♪さくら さくら♪を弾くことができるまでになってきました。本当に貴重な体験ができました。高橋先生からは、弾き方だけでなく、「和の心や文化を大切にしたい」という願いもお聞きしました。

最後に子どもたちから感想を言いました。急に問われたのですが、何人もの子が手を挙げて感想を発表しました。

「曲のスピードがゆっくりなので簡単だと思っていたけれど、指の切り替えなどが難しかったです。」

「爪を付けて糸をはじいたけれど、思い通りには音が出なくて音がずれてしまい、難しかったです。」

などの感想を言っていました。どの子も、「簡単ではなく難しい」という感想はもったようです。でも、難しいことにチャレンジできてよかったなあと思います。今回の体験で、今までよりも箏がずっと身近になり、和の文化の魅力も感じることはできたのではないのでしょうか。

