

校長室便り

(文責)

ドー八
日本人学校校長
酢谷昌義

第1回「体力測定」実施

2・3時間目を使って今年度第1回目の「体力測定」を行いました。日本でもこの時期には「新体力テスト」が実施されています。ドー八日本人学校も基本的に国内の種目に準じて行っています。実施種目は・握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅とび・20mシャトルラン・ソフトボール投げ・50m走・垂直跳びの9種目です。(日本では垂直跳びは行われていません。またソフトボール投げは昨年度実施できませんでした。)この中で50m走とソフトボール投げについては、場所の関係で後日行う予定にしています。

何度も触れるようですが、この国では普通に生活していると日本に比べて明らかに運動量が不足していきます。ス

クールバスでの登下校、長期間戸外で運動ができないことなど、子ども達は非常に厳しい条件の中で生活しています。だからこそ体力・運動能力の維持向上に対して敏感でなければならないと思います。

旧ドー八日本人学校は民家を校舎として利用していたため、全く運動できるスペースがなく、子ども達は本当にかわいそうでした。この国での滞在年数が長い子ほど体力的に落ち込みが激しく、また動きにもぎこちなさが目立っていました。当時はどうやって体力・運動能力を高めるかではなく、どうやって現状を維持あるいは落ち込みを少なくするかが大きな課題でした。今考えると、本当に悲惨な状況だったと思います。

そんなことにならないよう



「上体起こし」



「反復横とび」



「垂直跳び」



「握力」



「立ち幅とび」

に、子ども達自身が自分の体力・運動能力に関心を持ち、普段から体を動かすことに意識を向けることができるようにすることが重要だと考えています。

今日はどの種目にもみんな一生懸命取り組んでいました。大切なことは、この結果をどう生かしていくかです。学校でもしっかり考えていきたいと思っています。

「保護者会」 大変お世話になりました

金曜日には、お休みのところ早朝から保護者会にお出かけいただきありがとうございました。お陰様で今年度の学校運営理事会保護者代表が決まりました。

新設校の立ち上げ時ということもあり、錦見様・土江様にはこの1年間本当にお世話になりました。またこれから先、何かとご面倒をおかけすることになると思いますが、舟木様・中山様には何とぞよろしくお願いいたします。

保護者会の記録をまとめていただいておりますので、本日配付いたしました。ご確認のほどよろしくお願いいたします。

校長室便り

(文責)

 ドーハ
日本人学校
校長
酢谷昌義

「体力測定」から(2)

スポーツテストと呼ばれるものはずいぶん以前から行われ、誰もが経験しています。現在の「新体力テスト」となったのは平成11年からですが、それまでと実施種目にいろいろ違いがあります。なぜ種目等に変更が加えられたかという、長寿社会となり高齢者も参加できる安全性の高いテストが必要になったためと、実施時間の短縮が必要になったことからだそうです。

確かにそういう必要性もあったでしょうが、実際に子ども達と毎年取り組んでいて感じたことは、それだけの理由ではないのではないかということです。測定そのものが難しくなった、あるいはできなくなった種目もあるからです。懸垂(斜懸垂)や連続逆上がりは、1回もできなという子

もがいつの頃からか目立つようになりました。ジグザグドリブルは異常に時間がかかるようになりました。背筋力は肩や腰へかなりの負担がかかるのは事実ですが、それでケガをすることが出てきました。踏み台昇降運動では、3分間の上り下りが最後までできない子どもが増えてきました。中学生以上が行う長距離走では、はじめから全力を出そうとしない生徒が目立つようになりしました。このような状況では調査にならないということも言えます。

記録の落ち込みも大きく、昭和60年以降子ども達の体力は全体的に低下傾向になり、最近下げ止まりの傾向は見られるものの長期に低迷しているのが実態です。

このような状況から、全国



中学部「シャトルラン」



の小学5年生と中学2年生が全員テストを受け、その結果も全員のもの報告することになりました。これは第1に体力の問題、特に子ども達の体力の状況に深刻な問題があることを、広く全国の子ども自身とその親に知らせることが目的でした。

それだけ子ども達の体力の問題は、今とても大きな課題になっているのです。頭を鍛えることと同じように、あるいはそれ以上に心と体もしっかりと鍛えていくことが、これからますます重要になってきているのだと思います。



「20mシャトルラン」：みんなこれ以上は無理というところまで精一杯頑張りました



校長室便り

(文責)

トー八
日本人学校

校長
酢谷昌義

「体力」と「気力」の関わり

私が子ども達の体力を気にかけているのは、健康づくり・子ども達の健やかな成長ということはもちろんですが、学習面にも大きく影響していると考えているからです。特に「持久力」と学習との関係は深いように思います。

姿勢を保つためにも筋力が関係していますが、学習中に同じ姿勢を保持し続けるためには「筋持久力」が必要です。背筋を伸ばした姿勢で学習を受けられるかどうかは、その時間の学習内容の理解度に影響を与えるとも言われます。

ところが最近はずぐに背筋が曲がり、前屈みになってしまいう子どもがとても多いように感じます。その結果、教科書やノートと目の距離が近くなってしまい、視力に悪影響を与えてしまうことにもつな

がっています。

姿勢の例だけでなく、いろいろな運動を続けるための持久力が不足している子どもは、精神的にもあきらめの早い面があるように思います。特に自分にとって苦手なことや困難なことに対する時に、その傾向が強く表れるように思います。しかしそういう場面で粘り強さが発揮できなければ、自分をより良く変えていくことはとてもできません。

この精神的な粘り強さが体力面の持久力と関係しているとするれば、子ども達の体力に関し、もっとしっかりと考えていかなければならないと思います。

学校で重要な課題の1つは、できないことをできるようにして、人間としての可能性を高めていくことではないかと



「垂直とび」

考えています。体力と気力の関わりが深いというので、ただ運動の機会を与えればよいということではなく、様々な身体運動ができるようにしていかなければなりません。良くできないまでも、少しでも上達させることによって、運動に対して前向きに頑張れるようにしてやるのが大切です。特に学年が下がるほどそれが重要だと思います。

気力・体力共に充実させるための取り組みを、十分に考えていきたいと思っています。

オープンスクールの発表に向けて

6月4日のオープンスクールで「ミニミニ発表会」を計画しています。

今日はその中で披露する音楽発表の練習を、全校音楽の時間に行いました。児童生徒数が増え、歌も演奏もだんだんと聞き応えのあるものになってきました。

当日保護者のみなさんはもちろん、多くの方に見ていただきたいと思っています。



「長座体前屈」



高学年・中学部「反復横とび」



「上体起こし」



低・中学年「反復横とび」



合唱「カントリーロード」

校長室便り

(文責)

トー八
日本人学校

校長
酢谷昌義



全校合奏「あしたがあるさ」

と転嫁してしまうことになります。これでは少しも自分の力を伸ばすことになりません。

この話は昨年の開校式の前にもし、そのことを記憶していた子どももいました。誰もが「一人でもできる」と胸をはって言えるように、しっかりと取り組んでほしいと思います。そして、みんなが「ほんもの」の力を身につけてくれたら何よりだと思います。

「ほんもの」をめざして

昨日お知らせしましたが、オープンスクールでの「ミニミニ発表会」に向けた音楽練習が行われました。

その練習が終わってから、先生方がそれぞれ感想やより良い発表に向けてのアドバイスをされました。先生方が話されることを、子ども達はみんな真剣に聞いていました。やはり誰もがいい発表にしたいという思いがあるからだと、子ども達が聞いている姿を見て感じました。

私からは、もっと素晴らしいものにするために「ほんものをめざそう」という話をしました。子ども達が増えたことで、合唱も合奏もとても迫力が出てきました。しかしまだまだ力を出し切っていない部分があります。そこで周りの友達に頼るのではなく、自分一人でも歌える・演奏できるというところまで精一杯頑張ろうと呼びかけました。

この「一人でもできる」と自信を持って言えるところまでやれば、緊張した場面でも

力が発揮できないというようなことはまずありません。みんながそこまで頑張れたら、きっと素晴らしい発表にできます。さらに良いことは「やればできる」というとても大切な自信を身につけることができるのです。

ところが一人ではできないという状況では、うまくいかどうかは周囲の影響を受け、力が発揮できなかった時もその責任は自分ではなく周囲へ



3・4年生「こどもの世界」



高学年・中学部「太陽がくれた季節」



1・2年生「ドレミの歌」

「ほんもの」にせもの」

ほんものと
にせものとは
見えないところの
あり方で決まる
それなのに
にせものに限って
見えるところばかり気に飾り
ますます
ほんものにせものになってゆく



昨年の開校式での発表

東井義雄

校長室便り

(文責)
 ドー八
 日本人学校
 校長 酢谷昌義

目標を意識して...

5月も終わりになり、今年度がスタートして早くも2か月が経とうとしています。学校全体の動きも軌道に乗ってきて、落ち着きも出てきたように感じます。誰もが学校生活に「慣れた」状態になってきたのだと思います。

こういう時に改めて意識させたいことがあります。それは「目標」です。新年度がスタートした時には、誰もがこの1年は「こんなことを頑張りたい」「ここを良くしていきたい」というような目標を持っていました。ところがそういう前向きな気持ちも、慣れるのとともに薄れていってしまうことがよくあります。

これは子ども達だけの問題ではありません。私達指導する側も同じです。日々繰り返されることの中に教育的な意義を見出しながら、または確かめながら進めていかなければ、より良い実践にはしていかないと思っています。

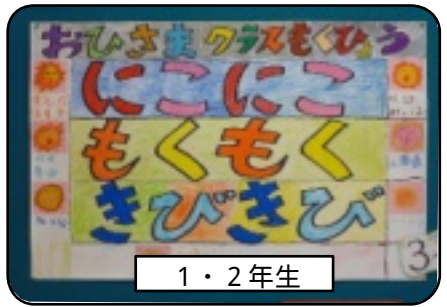
各教室には、それぞれのクラスにふさわしい学級目標が掲示されています。子ども達

の想いと担任の先生の願いと一緒にできてきたものです。学級目標の近くには個人目標も掲げられています。その目標を達成するために、毎日様々なことに取り組み頑張っているのですが、その意識がとかく薄れてしまう時期になってくるのではないかと思います。



声高に「目標！目標!!」と叫ぶ必要はありませんが、機会を捉え改めて意識させていくことが必要だと思います。目標とするものを心の片隅にでも置いているかどうかは、取り組みそのものに大きく影響してくるからです。

素直な子ども達だからこそ、目標を意識することの大切さを学んでほしいと思います。そして一日一日を充実したものにしていけたら、どんなに素晴らしいだろうと思います。



第2回「日本語スピーチ大会」

案内状にてお知らせしておりますが、明後日(5月29日・土曜日)の午後1時から昨年に引き続き「日本語スピーチ大会」が開催されます。

これは大使館とドー八日本人学校との共催事業として行われるものです。

カートルで日本語を学んでいる方々と交流ができるまたとない機会です。また今回も大使館から軽食(日本食)が準備されています。

せっかくのお休みの日ではありますが、都合がございましたらぜひご参加いただきますよう再度ご案内させていただきます。



第1回「日本語スピーチ大会」の様子