

— 東京都教育委員会指定研究 オリンピック・パラリンピック教育推進校 —

教育目標

- ・優しい人になろう
- ・正しい人になろう
- ・たくましい人になろう

若竹

平成30年10月1日

青梅市立第六中学校

体力の秋だ号

NO. 6

『 何をするにもまずは健康・体力です ! 』

校長 市川 晃

朝晩とだいぶ寒くなってきました。先週は、頭痛などで欠席する生徒も出てきました。急に寒くなってきたので、体調管理が難しくなってきました。くれぐれも体調には注意していきましょう。

さて、ここで6月に実施した体力測定が返ってきました。どのような種目を実施したのかというと、握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、持久走、50m、立ち幅跳び、ハンドボール投げの8種目です。第六中学校の成績は以下の通りです。(※学年生徒の平均の数値です。個人によって差があります。)

○1年男子

	本校平均	東京都平均	全国平均
合計	35.9	33.1	35.5

○2年男子

	本校平均	東京都平均	全国平均
合計	48.8	41.3	44.7

○3年男子

	本校平均	東京都平均	全国平均
合計	49.3	48.2	51.6

○1年女子

	本校平均	東京都平均	全国平均
合計	44.0	44.6	45.4

○2年女子

	本校平均	東京都平均	全国平均
合計	48.6	49.6	51.4

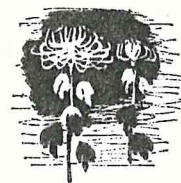
○3年女子

	本校平均	東京都平均	全国平均
合計	50.7	51.8	54.0

この数値に対する東京都教育委員会からのアドバイスは、

- ・1年男子→全国、都より高い。立ち幅跳びが低いので、脚筋を鍛えるよう頑張りましょう
- ・2年男子→全国、都より高い。立ち幅跳びが低いので、脚筋を鍛えるよう頑張りましょう
- ・3年男子→都より高く、全校より低い。長座体前屈が低いので、柔軟を頑張りましょう
- ・1年女子→全国、都より低い。50m走が低いので、フォーム改善など頑張りましょう
- ・2年女子→全国、都より低い。50m走が低いので、フォーム改善など頑張りましょう
- ・3年女子→全国、都より低い。反復横跳が低いので、素早い反応、運動を頑張りましょう

いかがですか。日頃、本校は小さい学校なのでなかなか他校との比較がわかりません。各学年の特徴もあるかと思いますが、この数値から、全国や東京都から比較した位置がわかります。スポーツの秋!にもなりましたので、体力についても考えて鍛えていくようにしましょう。



10月の予定 まずは食欲の秋かな？

- 10/1日(月) 都民の日 朝会なし ■
 中間テスト 衣替え
- 2日(火) 中間テスト 認証式
 生徒会中間報告会
- 3日(水) 3年復習確認テスト
- 4日(木) 安全指導
- 5日(金) 視力検査終了
- 6日(土) 休日
- 7日(日) 休日 地区市民運動会
- 8日(月) 休日 体育の日
- 9日(火)
- 10日(水) 避難訓練
- 11日(木)
- 12日(金)
- 13日(土) 休日
- 14日(日) 休日
- 15日(月) 全校朝会
- 16日(火) 小中合同音楽会リハーサル
- 17日(水)
- 18日(木)
- 19日(金) 音楽会準備
- 20日(土) 小中合同音楽会(七小会場) ■弁当持参
- 21日(日) 休日
- 22日(月) 振替休業日
- 23日(火) 進路説明会
- 24日(水) 午後先生方研究会
- 25日(木)
- 26日(金) 委員会・中央委員会
- 27日(土) 休日
 オリパラ体力向上講習会
- 28日(日) 休日
- 29日(月) 生徒朝会 歯磨き週間開始
 オリパラ夢未来プロジェクト
- 30日(火)
- 31日(水) ■→給食なし



○オリンピック選手が来校します！

オリンピック・パラリンピック教育推進事業「夢・未来プロジェクト」の学校に選ばれ、10月29日(月)にパキスタンの柔道オリンピック選手のシャーフセイン・シヤーさんが来校します。100kg級に出場選手なので、とても大きな選手です。模範演技や代表生徒に柔道を教えていただきま

す。あわせて、マナー講習会も開催し、元キャビンアテンダント(予定)の先生にご指導いただく予定です。楽しみにしています。なお、保護者や地域の方々の見学も可能ですので奮ってご参加ください。

13:00 マナー講習(視聴覚室にて)

13:35 柔道講習会(体育館にて)

また、27日(土)には、オリンピック・パラリンピック教育の一貫で、体力向上の講習会を開催します。8月の夏休みにクレマーージャパンの渡辺様にご指導いただきましたが、今回は第2回目です。陸上を中心に、体力向上に向けて講習会を開催して

△新生徒会がスタート！です

9月7日に立会演説会と投票が行われました。今回は選挙管理委員会が青梅市の選挙管理委員会から、投票箱と投票台を借用し、本物と同じように投票を実施しました。立会演説を聞き生徒手帳と交換に投票用紙をもらって投票をしました。18歳から選挙に参加していくので、学校でも大人と同じように投票を実施しました。新役員は、

○会長 2年 阪井来春さん

○副会長 2年 高山たからさん

○書記 2年 小野寺千智さん

1年 福岡駿太君

○会計 1年 大越桜妃さん



10月の予定から きれいな歌声を届けます！

- 20日(土) 小中合同音楽会について
 会場：第七小学校 体育館
 開演：13:00
 終了：15:00(予定)
 ご家族、ご近所お誘いの上ご覧下さい。
 ※六中生は午前中授業でお弁当を食べて音楽会に参加します。
 ※22日(月)は振替休日になります。
 ※上履きをご持参下さい。本校への車の駐車は可能です。
- 23日(火) の進路説明会は3年生が中心となりますが、1、2年生の保護者の方の参加も可能です。(今年度の都立高校入試の説明や今後の予定になります)

□六中のちょっといい話！

体育祭の練習で、上級生が下級生にバトンやスタートの練習を丁寧に教えていました。他学年との交流がしっかりとできると共に、自分の経験を後輩に教えていく先輩の姿に感動しました。六中は素晴らしい伝統があると感心しました。