

にしきお



《しらはぎ》

第11号

錦生小学校だより

平成22年9月22日

みんなで作ろう ハッピー運動会

朝夕はようやく涼しく感じられるようになってきましたが、日中は相変わらずの暑さが続く毎日です。子どもたちは25日の運動会に向けて仕上げの練習に取り組んでいます。その表情にも真剣さが増してきています。特に本年度は半日かけての予行練習をなくしたこともあり、限られた時間を無駄なく練習にがんばってきました。



全校練習
開会式

また、今年のスローガンの“みんなで作ろう、ハッピー運動会”にあるように、練習の段階から全校生一人ひとりが主役となって、演技し、応援し、係の活動をし、と意識して取り組んできました。運動会では精一杯に取り組む子どもたちに皆様のたくさんのご声援をよろしくお願いいたします。



低学年（表現）
「ゴールめざして
つながりーヨ！」

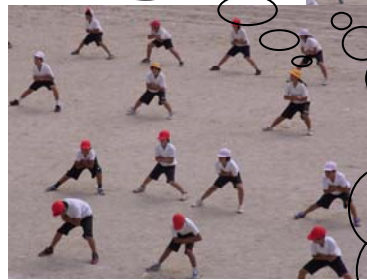
バルーンを使って
ダイナミックな
演技に挑戦！



高学年（表現）

「つながり」～過去・現在・そして私たち～

力が入ります
ソーラン



今年はどんな
クライマックス
を迎えるの
でしょう？

綱引き（全校）



「ハッピーバルーン」
（全校）



全校リレー
低学年

高学年

「バトンをつないで

「絆(きずな)2010」 がんばりーヨ！」



毎朝のライン引き
6年生ご苦労様です。

今年も
アイダアイダで
ファイナーレ!

振り付けはウラです→

ひとりで気持ちよく

ふたりでもっと楽しく



こころとからだのダンス・エクササイズ

アイダアイダ

みんなでやれば
もっともっと
おもしろい!

振り付け

アイダアイダは、こころとからだのバランスのとれた成長を促すための新しいダンス・エクササイズです。さあ、やってみよう!

1番 ひとりで やってみよう



前んで一気に伸び上がって

1



右手を前に伸ばし、左ひじを後ろへ引く
ここここここここ
右ひじを引いて左手を軽く前へ、左右を反対に
ここにいる
左右を変えて同じ（ひざではずみをつけながら）
いついついついついつ出よう

2



右足を右へ踏み出しさらに左足
かかとを右足の斜め前方へタッチ
きつときつと
左足を戻して踏み、続いて
右足を踏む（うでの動きを意識する）
もっともっと
左右を変えて同じ
はつとはつと 合えるまで

3



右足1歩右へ踏み、2歩目左足
から前方へ時計回りに円を描い
て戻ってくる（からだは前を向いたまま）
ずつとずつと どこまで

4



右を向いて右ひざを曲げ重心を右足へ
両手をももも
左足に重心を移し右ひざの下で拍手
右足に重心を戻して速くで拍手
ここここここここここここ
左右を変えて同じ
いついついついついつ出よう

8



前にかがんで両手
（右手グー、左手パー）
を下で2回たく
どこにいる

7



右足、左で前へ一歩
反対一歩
ブラキオサウルス

6



両手（右手グー、左手パー）
を2回たたきながら、同時に
両ひざを曲げかかとを上げる
トリケラトプス

5



右足右足を引いて後ろへ一歩
左も一歩
ティラノサウルス



9



うでを抱え込み、ジャンプ
しながら足を閉じる
手を頭の上のせ
うなすく
大恐竜に会いに行く

Jump!



10

両うでを振り下ろし、胸を後ろへ回す
からだほくして一歩
両手のひらを前方へ出して跳ぶ
一歩



11

両うでを覗いて前に閉じる
アイダアイダ



両うでを前にしたまま
しゃがんで立つ
アイダアイダ

12



両うでを下ろしながら右手を大きく回し前方胸の高さへ
左手を後ろへ引く（手のひら上向き）
世界ガフーンと広がるよ
反対のうで同じ



16

1と同じ
どこどこどこ
どこへ行く
ゆめゆめゆめゆめ 華に会う



15

右手で左胸をたく、左手で右胸、右手で右膝
左手で左膝、両手で両胸、両手で両膝×2回



14

両手を上げて大きく両足ジャンプ
時計回りに回ってくる



Jump!



13

両ひじを揃って右斜め前へ踏み出す
戻って両足ジャンプ
アイダアイダ
左へ同じ
アイダアイダ



17

2と同じ
アマゾンナイル
ヒマラヤロッキー
宇宙のはてまで ひとつつ結び



18

1と同じ
勇気を足して 躍り立とう



19

Jump!
☆☆☆



両うでを右へ大きく回して
サイドステップ
ロケットダッシュ
両手を突き刺し
爪先立ちで右へ
3回ジャンプ
ピュンピュンピュン
左へ同じ
勇気を出して
ピュンピュンピュンピュン

20



両うでを上下させ胸中を
こしこしするようにならへ4歩
両うでを入れ替えて前へ4歩
躍り立とう



21

反時計回りにぐるっと回って
ポーズを決める