

## 禁句

6年生になって2週間が経ちました。ようやく学習や係など軌道に乗っています。その君たちの行動を見ていて気になったことがあります。

『バカ』『あほ』『死ね』などなど。なかには口癖になっている人もいます。

「バカ」「あほ」を辞書を引いてみます。

「人よりも劣っていること」

一体誰が劣っているのでしょうか。その言葉を言った人は相手の人より優れているのでしょうか。このクラスに優れた人、劣った人が存在するのでしょうか。いや、いるはずがありません。みんな同じ人間です。平等です。

ですからこのような「バカ」「あほ」などの言葉をこのクラスから、担任がこのクラスの担任である間追放します。

これから「バカ」「あほ」など同じような言葉を使うことを許しません。担任も同じです。担任もその言葉使いません。

そうそう、「死ね」とか「殺すぞ」なんて言葉も追放します。担任もがんばりますから君たちも努力して下さい。

## 黙って座れば がついてくる

「黙って座ればピタリと当たる...」ではありませんが、我がクラスの席替えについては黙って座ればなんと「掃除場所」がついてくるのです。席替えと

ともに掃除場所も決まってしまうという画期的なシステムです。

## 準備体操

体育の初めての時間は「準備運動」についてでした。準備運動とはいったいなんのためにするのかを考えて見ました。

まず自分の体がどれだけ曲がるかを調べました。



これくらいか...

その後に3種類の運動をすました。



仰臥で両足を上に上げる × 10  
仰臥で両足を左右に倒す（床につけない） × 10  
両膝を抱えて胸につける × 10



するとなんと!!!



!!!

そのあと「なんだか気持ちいいなあ」

そうです。準備運動って体を暖めること（採暖運動）と体の動く範囲を広げる効果（可動域の拡大）があるのですね。