



親子フォーラム3, 4年

2018年10月



先日は、親子フォーラムへのご参加ありがとうございました。今回の親子フォーラムについて書いていただいた感想を以下に載せさせていただきます。今後の活動のために、子どもたちの感想、保護者の皆様の感想をご覧ください。

3年生(児童の感想より)

★さいしょにふじ田先生がしたわざがすごかったです。ふじ田先生は、35年も体そう、エクササイズをしていると聞いてびっくりしました。自分は体がかたかったから体がしびれました。

★さいしょのふじ田先生のわざがとてもすごかったです。体けんしたエクササイズはとてもむずかしかったです。イスの運動は色々あってつかれました。

★エクササイズでしせいをきれいにするのはむずかしかったけど、そうきんがけをしたり、タオル取りをしたりして楽しかったです。さいしょのふじ田先生のわざもすごかったです。ふじ田先生のように、ほくも速く走れるようになりたいです。

★色々体けんすることができました。とっても大変だったのは、大人におされてたおれるのです。また、タオルをはさんでぴんとひざをのばすのも大変でした。そうきんがけでは、ゆかにテープがはってあるのにつまずいて、あまり前に進めませんでした。

★親子フォーラムで、ふじ田先生に、きん肉のトレーニングを教えてくださいました。少し大変だったけど、トレーニングができてうれしかったです。大人におされてたおれる運動は、少しこわかったけど、しっかりとできてうれしかったです。自分がタオルを足にはさんで上げたり下げたりするのは大変だったけど、きん肉のトレーニングができてうれしかったです。

★大人の人におされてたおれる運動をした時、頭からおちそうになったけど、楽しかったです。さいしょにふじ田先生がしたアピールのバク転がすごかったです。

★さいしょのふじ田先生のわざ、とくにバク転がすごかったです。あと、ふじ田先生がジャンプをして足をひらいたのがすごかったです。さい後に、タオルでトンネルをつかって、それを通ったのがおもしろかったです。



★親子フォーラムをして楽しかったことが2つあります。

1つ目は、タオル取りをして、大人の人からタオルをいっぱい取ったことです。いっぱい取れてとてもうれしかったです。大人の人がフェイントをかけてきてけれど、がんばりました。2つ目は、大人の人におされてたおれる運動です。勇気を出してたおれたら、友だちのお母さんがささえてくれたので安心しました。とても楽しかったです。

★さいしょのふじ田先生のわざはとっても上手でした。そうきんでお家の人をトンネルをくぐるのが楽しかったです。色々な大人の人をトンネルをくぐるのがおもしろかったです。大人の人におされてたおれる運動はとてもこわかったです。タオル取りは、大人の人が左右に動くのがむずかしかったけど、何まいも取れてうれしかったです。



★わたしは、おされてたおれる運動で、後ろにたおれるのがこわかったです。けど、楽しくできました。そうきんがけでは、タオルにごみがついちゃったので、そうきんでした方がよかったなあと思いました。

★いっぱいストレッチをしたり、遊んだりしたのでえらかったです。とくに楽しかったことは、大人の人におされてたおれる運動です。

★エクササイズでおもしろかったことが2つあります。1つ目は、タオル取りです。わたしは全部で9まいも取りました。2つ目は、大人の人におされてたおれる運動です。友だちのお母さんとしました。後ろにたおれるのがむずかしかったです。来年の親子フォーラムはどんなことをするのか、今から楽しみです。

★イスの運動では、せすじがのびて、しせいピンとなりました。タオル取りでは、大人の人から12まいもタオルが取れてうれしかったです。さいしょのふじ田先生のアピールはすごかったです。

★大人の人がこしにつけたタオルを取るのが楽しかったです。それと、そうきんがけをして、大人の人をトンネルをくぐるのがおもしろかったです。

★さいしょのふじ田先生のわざをすごいと思いました。ふじ田先生がさいしょにすごいわざをした時、ぼくもこんなことをするのかなと思い、びっくりしました。

★わたしが一番楽しかったことは、大人の人におされてたおれる運動です。後ろにたおされたり、前にたおされたりするのが少しこわかったです。そうきんがけも、タオルをつかって大人の人をくぐるのも楽しかったです。

★タオル取りで、自分のお母さんのタオルを取るのがむずかしかったです。イスでしたトレーニングは、きん肉がのびていたかったです。



3年生(保護者の感想より)

★日頃運動をしていないので、体を動かして楽しかったです。子どもたちも楽しそうでした。親子フォーラムの後は、家でも食卓の姿勢がいつもよりきれいでした。



★日頃から姿勢が悪いので、これから気をつけようと思いました。少し肌寒い日でしたが、体幹エクササイズをして、心も体も温まりました。

★親子フォーラムお疲れ様でした。体幹トレーニングを初めて体験しましたが、すごく楽しかったです。今はほとんど体を動かすことがないので、良い運動でした。今後もこのような、体を動かす行事がちょこちょこあれば良いなと思いました。ありがとうございました。

★親子で体幹エクササイズができて良かったです。普段なかなか運動をすることがないので、運動不足を実感しました。良い経験ができました。

★激しいエクササイズかなとはじめは思いましたが、さすがに3、4年生向きに教えていただき、親子共々楽しめた1時間でした。じわりと汗が出ましたが、身近にあるタオルといすで、こんなに時間が経つのが早いと思いませんでした。軽く筋肉痛になりましたが、体験できて良かったです。ありがとうございました。

★普段動かしていない部分が今回の体操で動かして良かった。運動不足の日々なので、良い機会だった。

★いつもの授業参観とは違って、親子が参加できる楽しい時間でした。講師の先生の身体能力も素晴らしかったし、年齢を聞いてビックリでした。3、4年生と一緒にするのもいいかも。。。人数の少ない南比だからこそですね。家庭でも、姿勢の良い座り方、時々意識してやってみたいな、と思います。学級委員さんありがとうございました。先生方、いつもありがとうございます。

★短い時間でしたが、有意義な時間を送ることができました。親と子が同じことをするのは難しいですが、それぞれが良い体験をさせてもらったと思います。また、給食も体験させてもらい有難かったです。子どもたちの学校生活の色々な面での様子や顔、雰囲気が見れたので良かったです。他の親御さんも喜んでおられたように感じました。

★「親子フォーラム」という名前が付いているのに、親子でする事が何もなく、残念でした。体幹エクササイズは、運動になったので良かったです。前みたいに、親子でピザ作りとか、親子でする何かをしてもらえると、「親子フォーラム」になると思いました。

★自分の運動不足が非常に良く分かりました。身近な物を使用して、家でもできる体幹エクササイズだったので、また家でも子ども達と一緒にしてみようと思いました。先生方をはじめ、学級委員さんには、色々と準備等で御足労おかけしありがとうございました。また、おいしい給食頂きありがとうございました。

★できれば、もう少し親子で一緒にできればよかったかなと思いました。子ども達は楽しんでいたので良かったです。ありがとうございました。



★イスとフェイスタオルで簡単にストレッチできて、普段腹筋や背筋をいかに使っていないか身をもって感じさせられました。伸びて気持ち良かったです。夕食時、子どもと「腹筋やな」と言いながら、イスに座り背筋を伸ばして食べました。親子フォーラム中、子ども達みんなが笑顔だったので嬉しかったです。給食のビビンバは人気メニューだったそうで、よばれさせてもらえて良かったです。人気の理由が分かりました。ありがとうございました。

4年生(児童の感想より)

★今日のエクササイズが大変だったけどすごくたのしかったです。ほくがとくにたのしかったのはしっぽとりです。

★今日のエクササイズをして、少しいへんだったけれど、楽しかったです。なぜ楽しかったかという、さいごにしたトンネルが楽しかったからです。体はいたかったけれど、体が伸びていたのでまたやってみたいです。

★きん肉がのびるかんじをひさびさに体けんしました。すべてトンネルをぬけるところがむずかしかったです。

★タオルなどを使って、少しむずかしかったけど、ちゃんとできてうれしかったし、いつもは少しいやだったエクササイズで、おとうさん、おかあさんと仲良くなれて、とってもうれしかったです。また、こんな機会があれば、いっしょにやりたいです。

★エクササイズは体をきたえて、きんにくが少しいたくなる場所もありました。とくにさいごのスライディングが楽しかったです。

★エクササイズをおしえてもらって、さいしょはきつかったけど、やさしく教えてもらってとてもうれしかったし、さいしょの先生のパフォーマンスが、声が出ないくらいおどろきました。またおしえてもらいたいです。

★エクササイズは少しつかれたけど、たのしかったです。最後のゲームがおもしろかったです。とくにトンネルをくぐるのがおもしろかったです。もうひとつは、しっぽとりです。なかなかとれないところがおもしろかったです。また、やりたいなと思いました。

★わたしは今日エクササイズをやったのしかったです。なぜならわたしはうんどうがすきなもので、エクササイズがとてもおもしろかったからです。

★全部がたのしかったです。

★今日、エクササイズをして、よゆうだと思っていたけれど、あしをあげたりさげたりするところがしんどかったし、タオルといすだけでエクササイズをほんかくてきに見えるのは、すごいと思いました。また、エクササイズをしたいです。



4年生(保護者の感想より)

★今日は、ありがとうございました。私は、毎日、少しでも体がかたくならないようにストレッチをしているんですが、今日のエクササイズはいつも使わない筋肉を鍛える感じで、自分の筋肉の無さを気づかされました。45分でしたが、良い運動になりました。時間を見つけて毎日少しでも、教えてもらったことが出来るように、筋肉をつけたいな！と思いました。

★体幹エクササイズをするのは今回初めてで、普段運動不足なので、ついていけるか心配でしたが、体を動かすというより、ストレッチに近かったので、体の幹に効いているのがとても感じられ、鍛えることによってスポーツだけでなく、日常生活や何よりダイエットにもよさそうなので、座ってできることも多かったのも、家や仕事にも簡単に取り入れられそうで、チャレンジしてみようと思いました。子どもたちとしっぽとりしたのが楽しかったです。



★はじめは上手に出来るかととても不安でしたが、体がたい私でも楽しく取り組むことが出来ました。時間があるときにストレッチしてみます。

★子供達が楽しそうでよかったです。私、個人では、当日は体調が悪かったので少しつらかったんですが、日常生活に取り入れられる運動をたくさん教えていただいたので、また子供と楽しみながら実践したいと思います。ありがとうございました。

★体幹エクササイズを体験して普段なかなか体を動かさなかったので、次の日は筋肉痛になりましたけど、イスをつかった運動だったので、家でも姿勢を正すのを意識してまたやってみようと思いました。

★楽しく運動できて良かったです。椅子に座りながらできるので、家でもやってみたいと思います。後半の親子でエクササイズも子供たちの笑顔がいっぱい見られて良かったです。

★心身共にリフレッシュさせて頂きました。体もポカポカあたたまり、軽くなった感じでした。時間的には、あと15分程長くてもよかったかな。参加も3、4年というのも良かったと思いますが、4、5、6年でもよいかと思います。お忙しいのに、ありがとうございました。

★普段使わない筋肉を使って、少し筋肉痛になった。イスとタオル、簡単な動きでできるエクササイズを教えてもらえてよかったと思う。特に座り方は、すぐに実践できることなので、続けていきたい。後半、いろいろな子供たちとふれあえる機会もありよかった。タオルだけ、汚れてもいいタオルを持っていけばよかったと後悔したが、全体を通して充実した時間になった。給食もおいしく、普段の子供たちの様子が見られてよかった。

★始まる前はどんなことをするんやろうと心配していたのですが、身近なものを使っての運動でキツイ所もあったのですが、楽しく参加させていただきました。子供達も親と一緒に運動できて楽しそうでした。ありがとうございました。



★参加者全員が笑顔で、短い時間ではありましたが、ふれあいも深まり貴重な経験ができたことを嬉しく思います。ご多用の中、皆様ありがとうございました。(3年学級委員)

★新たな形の親子フォーラム。子どもも大人も楽しい時間となりよかったです。今後の親子フォーラムについても考える良いきっかけにもなったと思います。ありがとうございました。(3年学級委員)

★タオルとイスで気軽に出来る体幹トレーニングがとても面白かったです。子どもと一緒にいつでも出来そうよかったです。お忙しい中ご参加頂いた保護者の皆様ありがとうございました。(4年学級委員)

★今年度の親子フォーラムは平日開催に変更しましたが、保護者の皆様にもお忙しい中参加して頂くことができ、また体を動かすことで、親子で笑顔になることができ、楽しめたのではないかと思います。ご協力ありがとうございました。(4年学級委員)

