



新泉

〈教育目標〉

人間尊重の精神を基に、心身の調和のとれた発達と伸長を図り、自主性と創造性に富む人間性豊かな児童の育成を目指し、教育活動を行う。

考える子 健康な子 やさしい子

7月号 大田区立入新井第二小学校 H29. 6. 30

校長 菅原 清

～ 早起き・早寝！ 夏のプラン ～

副校長 塩野 恵



あと1ヶ月で、2017年・夏休みがスタートします。

夏休みは、ご家庭で過ごすことが多くなります。どのように、夏休みを過ごされる予定ですか？ご家庭でも、夏休みの過ごし方を、是非、お子さんと一緒に考えてみてください。



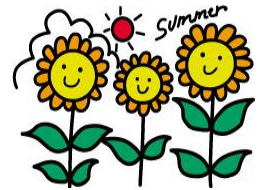
～ 早起き・早寝が大切な理由 ～

①人は、**昼行性の動物**。代々受け継がれてきたリズムは**変えられません**。

人は24時間いつも同じに動くロボットではありません。体のすべてのリズムがプログラムされているので、その仕組みに合った生活をしないと、体や心をよりよく発達させることができなくなってしまいます。

②人は、**朝の光をキャッチして、体内時計をリセット**します。

人の脳の中には、体内時計があり、ここで光をキャッチして、体内時計を地球時間に合わせています。朝の光をしっかりとキャッチできなかったりすると、1日のリズムをきちんと刻むことができません。



③成長に必要な**ホルモン**は、**夜寝ているときにたくさん分泌**されます。

人は、生後4ヶ月くらいから夜寝ているときに成長ホルモンが集中的に分泌されるようになります。成長ホルモンが十分に分泌されないと、脳や体の成長に影響が起きることが心配されます。

④**体温のリズムが乱れると、昼間、活動的に生活することができません**。

体温のリズムもまた、睡眠・ホルモンのリズムと関連しています。体温は、明け方に低く、起きると上昇して脳や体を目覚めさせ、活発に動けるようなリズムを刻んでいます。睡眠のリズムが乱れると、午前中に、ぼ～っとしたり疲れやすくなったりします。



★平成29年度5月「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんちの取組結果」では、

5.6年生の全体傾向として「睡眠時間が短い」という結果でした。

「夜更かし」をやめれば、生活リズムはよくなります。

【生活リズム改善プランの1例】

☆昼間できるだけ、体を動かしましょう。

☆夕食時間を早くしましょう。

☆お風呂の時間を夕食の前にしましょう。

☆寝る時刻になったら、テレビを消しましょう。(スマートフォン、ゲーム機、タブレット等もX)



※引用文献・東京都教育委員会

平成28年度 第75号

「そうだ、やっぱり早起き・早寝!」



東京都の「平成28年度体力合計点の総合評価と1日の睡眠時間」の結果(小5)では、総合評価の高い児童ほど長時間睡眠時間をとる児童の割合が高くなっています。

栄養(食事)、運動、休養(睡眠、リラックス)をバランスよく摂り、生活リズムを整えましょう。



元気いっぱい、1年生

1年担任 主任教諭 岡村 洋子

1年生が入学して、3か月近くたちました。初めは、6年生のお兄さん、お姉さんたちにお手伝いをしてもらっていた朝の支度や掃除当番も、今では自分達でできるようになりました。体育集会では、クラスごとに練習して、大縄をたくさん跳べるようになりました。6月には、生活科で3回に分けて学区域を歩き、児童館や公園などの施設、神社や川など、町の様子を知りました。「みんなで遊んだのが楽しかったから、家族でもう一度公園に行きました。」「お友達と、児童館で遊ぶ約束をしました。」という声も聞かれ、体験したことをきっかけに、子どもたちの興味もどんどん広がっていくことを感じました。朝は、あさがおの水やりを一生懸命にしています。ぐんぐん大きくなる、あさがおに負けないくらい、1年生も元気に成長しています。

公園めぐりの様子



新井宿児童館



春日神社

どの子にもわかる・できる喜びが感じられる授業を目指して

研究主任 教諭 武田 鮎子

昨年度に引き続き、本校ではユニバーサルデザインの視点を取り入れた授業づくり、学校環境づくりを実践しています。本研究は3年目を迎えました。

「教育のユニバーサルデザイン」とは、誰にとっても分かりやすい支援のことであり、学習方法や校内環境を全ての子どもたちに分かりやすく、過ごしやすくするものです。また、子どもたち一人ひとりのニーズを把握し、個に応じた支援を行うことでもあります。

今年度も、多くの子どもたちが「わかった!」「できた!」と『達成感』を感じることができる授業づくり、「過ごしやすい!」「集中できる!」と『安心感』を感じることができる学校環境づくりを目指していきます。



スポーツテストが行われました！

心と身体向上委員会 教諭 牧野 友里

平成20年度から始まった「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」により、最近の子どもたちの体力が、長期的に低下傾向にあると示されました。そこで、児童・生徒の体力・運動能力などの向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るとともに、取組を通じて、学校における児童・生徒の体力・運動能力等の向上に関する継続的な改善サイクルを確立するために、「スポーツテスト」が実施されています。

今年度は、6月2日（木）～3日（金）に実施しました。子どもたちは、教室や廊下や掲示板に掲示された東京都の各記録の平均を見ながら、目標を定め、それに向けて頑張る姿が見られました。

子どもたちが、力強く生き抜いていく土台は体力であり、健全な心身を育てます。日頃から、外で元気よく遊ぶことが大切です。結果は後程、個人に返却されるので、長所はさらに伸ばし、短所は克服し、健康な体をつくっていきましょう。



なかよく作ろう 楽しくまわろう

特別活動主任 教諭 阿部 実果

6月17日（土）には、子どもたちの楽しみにしている「入二まつり」が行われました。今年は、『なかよく作ろう 楽しくまわろう』のスローガンのもと、クラスで協力しながらお店の準備をしてきました。前日に行われた開会式では、各クラスの工夫をこらしたお店のPRがあり、代表委員からは、劇を交えた諸注意やスローガン発表がありました。そして、「入二まつり」当日。子どもたちは、目を輝かせながら、友達と楽しくお店をまわっていました。初めてお店を作った2年生、小学校生活最後の「入二まつり」となった6年生。どの学年も、工夫を凝らしたすてきなお店となりました。

また、3年生から6年生の代表委員も、スローガンを考えたり、諸注意のための劇を作ったり、プログラムを作ったりと、「入二まつり」の運営を一生懸命行ってきました。1～6年生の全校児童が協力して、大成功の「入二まつり」となりました。

6年生のお店は大人気で、廊下には大行列ができていました。



お店の前



閉会式

代表委員が、スタンプの答えを発表しました。

7月の行事予定

SC…スクールカウンセラー来校日

☺ …土曜にこここスクール（お話会・スナッグゴルフ）

校庭開放…14:30～16:30△, 10:00～16:00○

日	曜日	行事	SC	☺	校庭開放	補習	備考
1	土						
2	日						
3	月	委員会活動					
4	火	保護者会(4・5・6年)					
5	水	保護者会(1・2・3年) 水曜補習 音楽朝会	○			○	
6	木	午前授業 都学力調査(5年)					
7	金	認知症サポーター養成講座(6年)	○				
8	土			スナッグ			
9	日				○		
10	月	クラブ活動					
11	火	自転車教室(3年)					
12	水	バスケットボールチームとの交流(6年) 水曜補習	○			○	
13	木	避難訓練(地震)					
14	金	入二タイム サポートルーム1学期終了					
15	土			お話会			
16	日				○		
17	月	海の日					
18	火						
19	水	児童集会	○				給食終了
20	木	終業式 午前授業					
21	金	夏季休業日始	個人面談	夏季水泳指導開始			
22	土	入二フェスタ					
23	日						
24	月		○				
25	火						
26	水						
27	木						
28	金						
29	土						
30	日						
31	月		個人面談				

今月の音楽朝会は5年生の発表です。8:25～本校体育館で行います。ぜひ、お越しください。

夏季水泳指導
前期 7/21(金)～8/3(木)
後期 8/21(月)～8/29(火)

学年登校日

- ・7月26日 3年 8:20～ 6年 9:20～
- ・7月27日 2年 9:30～ 4年 10:15～
- ・7月28日 1年 10:20～
- ・8月28日 5年 8:30～

詳しくは、6月配布の登校日のお手紙をご確認ください。

7月の生活目標 「身の回りのせいとんをしよう」 心と身体向上委員会 主任教諭 樫村 由紀
1学期もまとめの時期となり、あと3週間で夏休みとなりました。

今月の生活目標は、「身の回りのせいとんをしよう」です。1学期の間に使用した「教室・机・ロッカー・道具箱」などを夏休み前にきれいにします。持ち物は少しずつ計画的に持ち帰り、身の回りを整えます。そして、気持ちよく夏休みを迎えましょう。