



学校だより

開 桜

6月号

令和3年5月25日
大田区立開桜小学校
校長 森伸一

良い習慣が未来を創る

校長

3度目の緊急事態宣言の発令、その後の延長により、5月に予定していた6年生の移動教室や各学年の遠足等を延期せざるを得ませんでした。今後の感染状況や他の行事等を鑑みながら、実施時期を決めたいと思います。

さて、4月の保護者会で朝ごはんの重要性について、お話をさせていただきました。（例として、ご飯、具沢山の味噌汁、納豆、サラダ、果物など）私自身の朝食は、ご飯がパンになることはありました。意識して実践をしたことで、体の調子もよく元気に仕事をすることができます。5月は、「早寝・早起き・朝ごはん」月間でしたので、今回は、睡眠時間（早寝・早起き）の重要性について紹介します。

まず、睡眠不足が続くと、脳や体の細胞にあるミトコンドリアの働きが極端に下がってしまいます。そのため、疲れやすい体になってしまい、脳も十分に働けなくなり、勉強もスポーツもうまくいかず、心も体も健康になられません。また、睡眠には、深い睡眠と浅い睡眠があり、これがセットとなって繰り返され、深い睡眠の時にだけ成長ホルモンが分泌されます。この成長ホルモンは、体を大きくたくましく成長させたり、病気から体を守ったりするためになくてはならないものです。だいたい夜の10時ぐらいから数時間の間、深い眠りの状態の時にだけ分泌されると言われています。また、浅い眠りの時には、日中學習したことや経験したことが記憶として脳に書きこまれていきます。しかし、睡眠時間が短いと浅い睡眠の回数が減ってしまうので、学力にも影響が出てしまうわけです。ご家庭の様々な事情があるとは思いますが、理想として小学3年生までは夜8時半、4年生以上は9時には寝るように心掛けてほしいと思っています。現在は、テレビやゲーム、スマートフォンなど睡眠時間を妨げるものが多すぎますが、子供たちの未来のため、それぞれのご家庭でルールを決めて、家族一丸となって取り組んでほしいと思います。家族全員が、心身ともに健康になる！！素晴らしいことだと思います。



6月の行事予定

- 1日（火）水曜時程 5校時授業
委員会活動（6校時）
2日（水）4校時授業
4日（金）開校記念日 5校時授業
開校記念集会
避難訓練（集団下校・5校時）
9日（水）自転車教室（3年）
10日（木）5校時授業 安全指導
11日（金）遠足（4年）
図書委員会集会
12日（土）3校時授業 土曜補習②
14日（月）全校朝会
15日（火）社会科校外学習（3年）
16日（水）クラブ活動
18日（金）体育朝会
21日（月）音楽朝会 プール開き 水泳指導始
23日（水）4校時授業
24日（木）社会科校外学習（4年）
25日（金）児童集会 定期健康診断終
28日（月）全校朝会
30日（水）クラブ活動

※SC（スクールカウンセラー）在校日…火・木

- ◇開桜小体力テスト週間 6/7～6/14
◇開桜小読書週間 6/14～6/25
◇SNS東京ルール週間 6/28～7/2

6月の生活目標

遊び方を工夫してすごしましょう

生活・保健部

6月は梅雨の季節になります。外遊びを楽しみにしている開桜小の元気な子供たちにとっては、「今日も外で遊べないのか。」という気持ちになりがちです。

雨の日は、廊下や階段が滑りやすく、普段以上に危険です。そんな日には、読書や折り紙等、室内で安全に楽しく過ごせる方法を考えてほしいと思います。学級会等でよく話し合って決めることで、クラスの仲も深まります。与えられた環境の中で、ルールを守って楽しく遊ぶ力をつけてほしいと思います。

6年生は最高学年として、4月から5月まで毎朝1年生のお世話をしました。名札を付けてあげたり、ランドセルの片付けを手伝ったり、その他自分達にできる仕事を探して行動する姿に頼もしさを感じました。これからもあらゆる場面で下級生の手本となる姿を期待しています。

小学校生活最後の1年間、一つ一つの学習や行事を大切にし、様々な活動を通して友達との仲を更に深め、一人一人が満足して卒業を迎えられるようにしていきたいと思います。



MIMについて

生活・保健部

開桜小学校では、MIMを取り入れた指導を行っています。MIMとは、多層指導モデル (Multilayer Instruction Model) の略で、児童が学習につまずく前の段階で把握し、指導につなげていくアセスメントです。すべての学習領域に影響し得る早期の読みの能力、特に特殊音節（しゃ・きっなど）を含む語を速く、正しく読めるのか「めざせよみめいじん」のテストを実施し、指導に役立てていきます。

また、1年生では、文字に入る以前に音のイメージをより簡略化して捉えられるよう記号に示したり、動作化したりしながらひらがなの学習を進めていきます。子供たちの「わかる・できる」を大切に、学習活動を進めていきます。

体力向上に向けて

体育的行事委員会

運動や体を動かす遊びは、子供たちの健やかな成長に欠かせない要素です。一方で、子供の運動不足や体力低下は社会的な問題にもなっています。今年度は、昨年度に引き続き新型コロナウイルス感染症により、子供たちの活動が制限されています。子供の健康を守りながら、元気に活動する力を高めていくための活動を各学級の体育の時間を使って取り入れていきたいと思います。

また、6月7日～6月14日の期間で、コロナ対応を万全に行いながら体力テストを実施します。各種目の練習を行い、個人の目標値を決めて体力テストへの意欲を高めていきます。様々な運動を体験したり、目標に向かって努力したりすることを通して、子供たちには、体を動かす楽しさに気付いてほしいです。

子供の心サポート月間

生活・保健部

新学年になって2か月が経ち、子供たちの生活も落ち着いてきました。本校では、年2回、6月と10月に1～3年生は、「ちょっと聞かせて あなたの気持ち」のアンケート、4～6年生は「学校生活調査」を行っています。子供たちは、自分の生活を振り返り、学習や友達のことで、困っていることや悩みをアンケートに書きます。その結果をもとに、担任が一人一人の子供たちの心に寄り添って、話を聞いたり、必要に応じて面談を行ったりしています。子供たちにとって「楽しい学校生活」となるよう、サポートをしていきます。

