

赤坂だより

やさしさと思いやりのある子 よく学びよく遊ぶ子 心と体をきたえる子

TEL 03-3404-8602・8606 FAX 03-3404-8601
HP <http://akasaka-es.minato-kyo.ed.jp/>
Eメール akasaka-es@minato.tkyo.ed.jp

7月行事予定

1	月	全校朝会 委員会	○
2	火	安全指導 授業参観(5校時) 学校保健委員会 5時間授業	▲
3	水	B時程4時間授業	▲
4	木	都学力調査(5年生)	▲
5	金	避難訓練(集団下校)	▲
6	土	土曜授業④ 相談日 親ゼミ	▲
8	月	全校朝会 交流給食(1・6年生) 巡回相談	○
9	火	交流給食(2・4年生)	○
10	水	B時程5時間授業 クラブ活動	▲
11	木	児童集会 水道キャラバン5、6校時(4年) 着衣水泳5校時(6年) トウモロコシ皮むき1校時(2年)	▲
12	金	交流給食(3・5年)	○
16	火	全校朝会 ファミリー遊び	○
17	水	B時程5時間授業	▲
18	木	児童集会 給食終	○
19	金	B時程4時間授業 終業式(下校12:10)	/
22	月	夏季休業日前半始 水泳 補習(1・3年)	/
23	火	水泳 補習(2・6年)	/
24	水	水泳 補習(1・5年)	/
25	木	水泳 補習(2・4年)	/
26	金	水泳 補習(4・5年)	/
29	月	水泳 補習(3・6年)	/
30	火	水泳 前期終了	/
31	水	郡上	

*行事予定中の▲は、放課後遊びなし、○は、あります。

8・9月の主な予定

- ・夏季学園(神奈川県箱根町) 8月 18、19、20日
- ・避難訓練(引き渡し訓練) 9月2日
- ・全体保護者会(下学年) 9月9日
- ・全体保護者会(上学年) 9月10日

学ぶ構え

校長 齋藤 恵

季節は梅雨を迎え、蒸し暑い日が続くようになりました。学校生活も早いもので、一学期のまとめの時期に入ろうとしています。

校内を回り、子供たちの学習の様子を見ていて、少し気になることがあります。それは、授業中、姿勢を保持することができない子供が多いということです。椅子と机の距離が開きすぎて前のめりになっている子、横座りのような状態で足が机の横に出ている子などです。視力の関係もあるかと思いますが、ノートと顔がくっつきそうな子の姿も見られます。

本校では、始業・終業の際にきちんと挨拶をすることとしています。ですので、始まりはどの子もよい姿勢で授業に入ります。しかし、姿勢が崩れてくると集中力が切れ、学ぶ意欲も下がってきてしまいます。

実際、よい姿勢の方が問題の正解率、解答率がよいとする客観的なデータも出ています。中央大学大学院の研究では、学習時の姿勢と行動の計測による集中度合いの推定を研究し姿勢を分析したところ、姿勢によって脳の集中力が変化するということが分かりました。また、ある姿勢と学力の関係を調査した研究によると、5年生において、よい姿勢と悪い姿勢で計算問題を解く実験をしたところ、正解率が8.6%、解答率が8.1%、姿勢のよい子の方が数値が高かったという結果が出ています。

「悪い姿勢」とは、曲がった背骨の状態、一方向に傾いているような姿勢を指しています。背骨が曲がっていると両肺が圧迫されてしまい、呼吸機能が十分発揮されないために、必要な酸素を十分身体に取り込めないのだそうです。脳は呼吸で取り込んだ酸素のうち20~25%を必要としますので、酸素が取り入れられなければ、必然的に脳の働きも悪くなり、集中力を保つことが難しくなり、やる気にもつながっていかないのだそうです。自律神経のバランスが乱れるために、イライラしたり、落ち着きがなくなったりするからです。さらに、首や腰などに余分に負荷がかかり、疲れやすくなります。

また、姿勢が保てない理由の一つには、腹筋、背筋等の筋力も関係しています。6月に実施いたしました体力調査の結果も気になるようです。

「よい姿勢」はよりよい学習をするための『学ぶ構え』です。授業の初めにぴんと伸ばした背筋がもっと伸びるような楽しい授業、子供たちの意欲を喚起する授業を私たち教員も目指していきたいと思えます。

* * * * *

終業式の日に一学期の通知表をお渡しします。通知表は、お子様の学習状況をお伝えするとともに、一人ひとりの頑張りやよさ、学校生活の状況をお知らせするものです。ぜひお子さんと一緒にご覧になりながら、できるようになったことや頑張ったことなどについて話し合ってください。励ましの材料にしていきたいと思えます。夏季休業中の個人面談の際には担任から改めて具体的なお話をさせていただきます。

7月の生活指導目標

「時間の使い方を工夫しましょう」

生活指導部 高橋 綾音

1学期も終わりの時期が近づいてきました。振り返ったとき、生活の中で自分の時間を上手に使うことができたでしょうか。1日の時間には限りがあります。時間の使い方を工夫し、充実した生活が送れるよう学校・家庭が連携していければと思います。