



豊溪通信

練馬区立豊溪小学校
 学校通信 7月号
 平成30年7月2日発行

オリンピックに学ぶ

副校長 大須賀 雅子



青戸慎司先生の陸上教室

五月三十一日(木)、オリンピック教育推進事業として、青戸慎司先生をお招きし、講演会と陸上教室を開催しました。青戸慎司先生は、陸上競技百メートル元日本記録保持者であり、また、日本人男子初の夏冬五輪出場を果たした方で、現在は、中京大学陸上競技部監督兼短距離コーチとして活躍しています。

全校児童対象の講演会では、主に三つのことについてお話されました。

一つ目は、「継続は力なり。」夢や希望をもち、どんなことがあってもあきらめないで頑張りを続けることに価値があること。

二つ目は、「食事の大切さ。」清涼飲料水に含まれる砂糖の多さを示しながら、好き嫌いせず何でも食べることで丈夫な身体をつくること。

三つ目は、「外遊び。」外で身体を動かして遊ぶことで、速く走るための素地が養われること。

映像とともに子供たちに語りかけ、子供たちも集中してよく聞いていました。

その後、校庭で陸上教室が行われ、速く走るためのコツを学びました。

腕の振り方、歩き方、走り方と段階的に指導が進められていきましたが、まず始めに指導されたのは正しい姿勢でした。背筋を伸ばしてまっすぐに立つ姿勢です。「膝を開かないで。」「腰をピンと張って。」等、具体的な言葉で、時間をかけて丁寧に指導してくださったことがとても印象に残りました。正しい姿勢は速く走るための基礎・基本であり、これをしっかり身に付けることでその後の上達の早さや大きさが変わってくるのだと思います。また、正しい姿勢は日常的にいつも意識することでできるようになるとの助言もいただきました。

考えてみると、小学校生活で学ぶことは、子供たちの将来のための基礎・基本です。学校・地域・家庭が連携して、目に見える成果を焦ることなく、将来のための基礎・基本を時間をかけて丁寧に指導していきたいと思えます。



自転車乗り方教室



集団下校/歯磨き指導



プール開き



下田移動教室

今年のフールの目標

昨年以上により泳ぎをする
 正しい平泳ぎで 検定に受かりたい
 平泳ぎ二十五メートルをがんばりたい
 クロール百メートルに合格する
 今年も安全に泳ぎたい
 平泳ぎの足(かえる足)をがんばりたい
 平泳ぎの検定に合格する
 級が上がらなくても楽しく泳ぐ
 面かぶりクロールをがんばりたい
 全力で検定に合格して必ず黒一になりたい
 平泳ぎ百メートルを泳げるようにがんばりたい
 クロール、背泳ぎをできるようにする
 クロール二十五メートル 合格を目指したい
 水泳を休まずがんばりたい
 息つぎを練習して クロールをできるようにする
 けがをしないで 元気にやる

クロール二十五メートルの息つぎをがんばる
 クロールの息つぎをうまくできるようにする
 体操を必ずして安全にできるように心がける
 息つぎをマスターしたい
 去年受からなかった五十メートルを受かりたい
 バタ足をとめないように クロールをがんばる
 クロールで 二十五メートル 泳ぎたい
 平泳ぎのかえる足を できるようにしたい
 けがをせずに楽しく泳ぎたい
 水をたくさんかいて 平泳ぎで速く泳ぎたい
 安全に気をつけてむりのないようがんばる
 クロールの検定にがんばって受かる
 正しい面かぶりクロールで泳げるようにする
 クロールの息つぎをがんばりたい
 タイムをできるだけ短くする
 わたしはクロールをマスターしたい
 昨年の記録を上回る記録を出す
 正しい平泳ぎの足の練習をがんばる

夏の学力補充教室

- ねらい
夏季休業までの学習の不足を補い、休業中への継続を図る。
 - 期 間
7月24日(火)～7月31日(火)
※期間中6日間の中で担任が日を設定し実施します。
 - 時 間
<低・中学年>
8時30分～10時50分

<高 学 年>
10時00分～11時00分
 - 場 所 各教室
 - 教 材 担任が指定したもの
 - 対象児童
保護者会時に、保護者の皆様へご協力をお願いします。
- *別途、専科のサマースクールがあります。

夏休みの生活について

7月20日(金)に1学期が終了し、夏休みが始まります。この長い休みを利用して、子供達にはたくさんの体験をさせてください。また、ご家庭で夏休みをどのように過ごすかを話し合い、計画を立て、以下の点に気をつけ、安全で健康な生活を送れるようにしましょう。

- 規則正しい生活(早寝・早起き・朝ごはん)
寝る時刻が遅くなると起床時刻も遅れ、生活リズムが乱れてきます。生活のリズムが乱れると、集中力が低下したり、体の調子を崩すことになったりします。これまでの生活リズムを崩さないようにしてください。
- 安全な生活
行動範囲が広がることにより、交通事故や事件に巻き込まれる危険が増す時期でもあります。小学生で多いのは、自転車事故です。再度、安全な乗り方について確認していただきたいと思います。また、各家庭で子供の行動をしっかり把握できるよう、約束を決めておいてください。
- 公園での遊び方
公園は大人から小さい子供まで使う公共施設です。お菓子を食べたゴミが捨てられていたり、周りに迷惑のかかるボール遊びや小さい子が怪我をするような穴をほったりなど、迷惑になる行為が報告されています。公園でのルールやマナーを守って遊ぶようにしましょう。
- ゲームセンター
子供だけでゲームセンターに行くことは禁止されています。ゲームセンターにいる小学生はお金を持っていることは一目瞭然です。練馬区の学校でも、お金をたかられたり友達同士でお金のやり取りをしたりという金銭トラブルが毎年、出ています。最悪の場合は家から黙ってお金を持ち出すことも考えられます。行くときは、保護者が必ず同伴するようによろしくお願いします。

今年のプールの目標

- クロールで五十メートルをターンして泳ぎ切る
- 全部の級を泳げるようにがんばる
- 平泳ぎ五十メートル泳げるようになる
- クロールを早く泳いで二十メートルを目指す
- 苦手なけのびができるようにがんばる
- よい姿勢でけのび五メートル泳げるようになる
- けがをしないようにする
- クロールを泳げるようになる
- クロール百メートルを目指す
- 七十五メートル泳ぐ
- きれいに泳ぐことを意識して泳ぐ
- バタフライ二十五メートル泳げるようになる
- クロール百メートル泳げるようになる
- めざせクロール百メートルと背泳ぎ五十メートルうまく泳げるようになる
- 平泳ぎ百メートルが泳げるようにがんばりたい
- きれいな平泳ぎを泳げるようになる
- クロール百メートルを泳ぎ切る
- クロールで五十メートルを五十秒以内で泳ぐ
- けがをしないで安全にプール学習をする
- バタ足を力強く続けられるようにがんばる
- 目標の級を絶対合格
- 黄二になる
- 黒三を突破したい
- 平泳ぎ五十メートルを五十五秒切る
- きれいな泳ぎでクロール十五メートル泳ぐ
- クロール五十メートルを五十秒で泳ぐ
- 話をよく聞いて検定で受かるようにがんばる
- 休まないで安全なプールにする
- 安全に気をつけて学習に取り組む
- 先生の話をよく聞いて安全に泳ぐ
- 一回も休まないようにする

給食室から

日本には、「四季（春夏秋冬）」を細かく分けた「二十四節季」「七十二候」というものがあるのを知っていますか？これは季節の移ろいをこまやかに感じ取ることのできる旧暦で、風物詩を楽しみ、旬のものを食べて人々の心を豊かにしてくれる古き良き暮らしの知恵が詰まったものです。

給食では、昔ながらの伝統文化や旬の食材を活用し、味覚形成の時期にある子供たちのために、魅力ある献立作成を心がけています。そのほか、給食を通じて各学年とさまざまな食育活動にも力を入れていきます。ご家庭でも給食の話題を取り上げて食に関する知識を教えていっていただきたいと思います。
(栄養士 関 友美)

学校間交流

今年度も5・6年の希望児童を対象に7月21日（土）・22日（日）の2日間、宮城県蔵王町立永野小学校との交流活動を行います。

永野小とは平成5年にリンゴの木が寄贈されたことをきっかけに、交流が始まりました。1年ごとに永野小の訪問、豊溪小への迎え入れを繰り返し、交流を深めています。一昨年の豊溪小が140周年を迎えた際には、お祝いもしていました。

また交流活動の一環として、全校児童が永野小の同学年児童に向けて手紙の交換を行います。普段は関わることのない学校同士の交流の中で、思いやりや各校の歴史についての関心を深めていってほしいと思います。（横井 正敏）

楽しみにしていた水泳の授業が始まりました。すでにお知らせしてありますが、忘れ物や健康カードの記入漏れ、印忘れなどあった場合、参加できませんので、ご注意ください。

また夏休みのプールも行います。更に泳力を伸ばすチャンスですので、積極的に参加してください。期間は、前期が7月24日（火）～31日（火）、後期が8月17日（金）～8月24日（金）（土日は除く）の期間で行います。ただし、連合水泳記録会があるため、8月27日（月）、28日（火）を6年生のみの練習日とします。

本校の夏期水泳は3部制（低・中・高）で行っています。時間等については、別紙にて詳しい予定をお知らせいたしますので、そちらをご確認ください。1回でも多く参加できるように、ご家庭でも声かけをよろしくお願いします。

(大須賀 雅子)

着衣水泳について

7月14日（土）に、日本赤十字社の方を講師としてお招きして、3年生と5年生が「着衣水泳」を行います。服を着た状態でも浮いたり泳いだりすることができる感覚を身に付け、事故防止に役立てます。

専門の方にご指導いただけるよい機会ですので、自分の命を守る手段を、一人一人がしっかりと学び、事故のない夏休みにしてほしいと思います。通常の授業でも安全を第一に考えて指導にあたっていきます。

(松本 克也)

7月 の行事予定

平成30年度 7月 行事予定 授業日数15日		7月 時数予定					
日 曜		1年	2年	3年	4年	5年	6年
1 日							
2 月	委員会④ 安全指導	4	5	5	5	6	6
3 火	中学校訪問(6)	5	5	5	5	6	6
4 水		5	5	6	6	6	6
5 木	都・学力調査(5) 保護者会(6)	5	5	6	6	6	5
6 金	※A4(13:25最終下校)	4	4	4	4	4	4
7 土							
8 日							
9 月	※A5(14:45最終下校)	4	5	5	5	5	5
10 火	縦割り班遊び③	5	5	5	5	6	6
11 水	永野小交流保護者説明会16:00～	5	5	6	6	6	6
12 木	避難訓練(昼休み)	5	5	6	6	6	6
13 金		5	5	5	6	6	6
14 土	学校公開(公開は1・2時間目と着衣泳のみ) 着衣水泳(35) ※B4(12:15最終下校)	4	4	4	4	4	4
15 日							
16 月	海の日						
17 火		5	5	5	5	6	6
18 水	移動教室説明会(5)14:50～	5	5	6	6	6	6
19 木	着衣水泳(35)予備	5	5	6	6	6	6
20 金	終業式(給食あり4時間) 大掃除(13:05～13:40) (14:00最終下校)	4	4	4	4	4	4
21 土	永野小交流						
22 日	永野小交流						
23 月	夏季休業日開始						
24 火	プール① 学力補充始						
25 水	プール② 学力補充						
26 木	プール③ 学力補充						
27 金	プール④ 学力補充						
28 土	第五地区川遊び						
29 日							
30 月	プール⑤ 学力補充						
31 火	プール⑥ 学力補充終						

7月の生活目標

夏を元気に過ごそう

- 暑さに負けない工夫をしよう
- 室内・校内の整理整頓をしよう
- 夏の生活(夏休み)をよく考え、計画を立てよう

早くも真夏のような暑い日が続いています。外で汗をかいた後、クーラーの効いた部屋で過ごすようなことも多いのではないのでしょうか。

この時期、様々な要因で体調を崩す子供が増えます。食事や睡眠はもちろん、汗ふきタオルの持参や衣服の調整などにも気を配って少しでも快適に過ごせる工夫をしていきたいものです。