

豊小だより



令和2年5月11日
臨時号 (No.583)
練馬区立豊玉小学校
校長 小高 敏男

臨時休業延期に伴う子供たちの生活

校長 小高 敏男

《子供たちの家庭学習について》

豊玉小学校では、練馬区の方針を受け、5月31日まで臨時休業を延期することとなりました。

子供たちが3月から学校で学ぶことができず、保護者の皆様のご苦勞と心配は計り知れないことと思えます。本来であれば、新年度初めの大変重要な時期に最低2ヶ月間は授業が行われない非常事態となります。

現在、児童は新たな学習内容を自学自習しているところではありますが、担任や教科担任が授業を行うことができないため、学習内容を着実に身に付けるためには、よりきめ細やかな家庭学習予定表および教科の主たる教材である教科書を中心とした補助教材が必要となります。

本校では、これまでの復習型の課題から教科書の学習内容に取り組む予習型の家庭学習ができるように、今まで以上にきめ細やかな一週間の「学習計画」および補助教材として「学習プログラム」「ワークシート」「ノート見本」「資料」等を作成し、児童が新学年の学習内容を家庭学習において確実に進められるようにしました。

今回の延長により、ご家庭に更なるご協力をお願いする状況になります。特に低学年の学習には、保護者のご協力が不可欠です。ご理解とご協力をお願いいたします。

《学校ホームページ》

学習計画は、「お知らせ」をご覧ください。

補助教材は、トップページの「トップページ」の右のタブ「家庭学習」をクリックしてください。

《ノミの話》

5月7日から学校が再開した時に、子供たちに話そうと思っていたお話をします。それは、「ノミ」の生態と今の行動を制限せざるを得ない状況についての話です。

「ノミ」は体長1～9mmで、その跳躍力は高さで体長の60倍、距離では体長の100倍もの跳躍力をもっています。しかし、そんな「ノミ」でも、高さや広さが制限された箱の中で長い間生活すると、その箱の高さまでしか跳べなくなってしまいます。このような例を生き物の世界では多く見ることができます。タテハチョウやヒョウモンチョウという蝶の仲間の体を見ると、6本足であるはずの蝶の足が4本にしか見えません。よく観察すると、前足が小さくなって使われなくなっていることが分かります。これは、タテハチョウやヒョウモンチョウという蝶の仲間が、飛ぶ力が強く、足を使うことが少なく退化してしまったと考えられます。必要であれば努力し伸びるけれど、努力しなければ人も成長どころか退化してしまうということです。

学校で学べない今の状況は、箱の中に閉じ込められている状況のようです。子供たちは伸びないのでしょうか。必要があれば伸びるのです。必要は発明の母とも言います。家庭でしか学べないから自主学習の力・課題解決の力が伸びる機会です。自分のやるべき具体的な目標をもち、この大切な時期を乗り越えてください。

豊玉小における臨時休業体制 (状況の変化による対応は、HP等で適宜お知らせします。)

- 子供たちの健康を守る⇒感染拡大防止のために臨時休業を5月31日までに延長し、人との接触を減らし不要不急の外出を避け、密閉・密集・密接の場所を避けた生活ができるようにします。
- 子供の学習を守る ⇒・予習型の家庭学習のために教科書に準拠した毎日の学習計画・学習プログラム・学習資料を提示します。(5月14・15日に印刷した資料を別記載の通り配付します。また、ホームページにも掲載します。)
 - ・学習等の相談は、(職員室)03-3993-428⁶及び(事務室)03-3993-428⁷にて9:00～12:00、13:30～16:00の間、主に電話にてお受けします。インターネット等を活用した家庭学習にお困りの場合にもご相談ください。
- 子供の心を守る ⇒・子供の相談ができる機会を設けます。遠慮せずに別記載の相談窓口にお問い合わせください。
 - ・14日から20日と25日から29日の間に担当から電話等で子供の様子等を教えていただきます。ご不在の場合には、後日改めてご連絡いたします。

今年度の行事について (5月11日時点)

- 1学期に予定していた学校行事は一旦すべて中止とします。健康診断も行えていないので水泳の学習も未定です。また、2学期以降に予定していた運動会、音楽会、展覧会についても未定です。詳細は、学校が再開し、年間予定の見通しが出た段階でお示ししていきます。

臨時休業の延長に係る

児童のメンタルヘルスについて

臨時休業が2か月以上続いています。お子様はどのように生活していますか？

相談窓口では、生活リズムの乱れから起きる心の不安定さを回復させるための簡単な方法や、お子様の接し方をお伝えして、一緒に考えていきます。

どうぞ、お気軽にお越しください。

1 相談日・開設時間 : 午後1時00分～午後3時30分まで

5月12日(火)	★相談時間は、 午後1時00分～午後3時30分ですが、 相談を希望される方は当日の午前中にお電話で、ご予約をお願いいたします。 予約受付：午前10時～ ※午前中の相談をご希望される方はその旨をお伝えください。 ☎080-2010-1144 (電話での相談も可)
15日(金)	
19日(火)	
22日(金)	
26日(火)	
29日(金)	

相談窓口：養護教諭（伊藤節子）

原則金曜日担当

心のふれあい相談員（立花啓子）

原則火曜日担当

※スクールカウンセラーのご相談を希望される方は、学校にご連絡ください。

2 対象 : 児童および保護者

3 相談室 : 心のふれあい相談室（感染症予防に留意して対応します。）

◎子供の様子で気になること

★下記の内容で、ご心配のある方は是非ご相談ください。



ご家庭で、簡単にできるリラクゼーションやストレス解消法もあります。下記のような方法についてお知りになりたい方は、相談日にお問い合わせください。

リラクゼーション法（筋弛緩法）

身体の緊張をほぐしリラックスする方法です。身体の手、腕、首、肩、お腹、足などの各部位に5秒から7秒程度力を入れた後に、その力を緩めて20秒程度緊張のない状態を味わいます。どこでも、手軽に短時間でできる方法です。

嫌な考えを止める方法（思考停止法）

ネガティブなことを繰り返し考えてしまう傾向がある時は、繰り返されるネガティブな思考に対して「ストップ！」と一声かけて、頭の中を心地よいイメージに切り替えることでネガティブな思考の繰り返しを止める方法です。

心のストレスを軽くする方法（マインドフルネス）

呼吸法やダンスなどを使って、ストレスを軽くします。頭の中のネガティブな考えから距離を取り、冷静に対応できるようになります。

頭がスッキリする体操（ブレインジム）

頭と身体をつなぐりを活発にしてくれる体操です。

詳しい体操内容をお知りになりたい方は、お問い合わせください

〈※方法名で、インターネット検索をすると詳しく情報を知ることができます。〉

きゅうこうちゅう かていがくしゅう

休校中の家庭学習のしかた

はじめに

○学習する場所を決めましょう。

- ・学習机がある人は、学習机で取り組みましょう。
- ・リビングのテーブル等で取り組む人は、集中できるように、気になるものを片付けるか、何かを置いて見えなくしましょう。

○学習する時間を決めましょう。

- ・学校の1時間分は、45分間です。30分～60分の間で取り組みましょう。
- ・学校のように、音で知らせるタイマーがあると便利です。

○必ず休憩を取りましょう。

- ・学校は、
【朝会】20分 ①45分・5分・②45分 【中休み】25分 ③45分・5分・④45分 【給食】45分
【掃除】15分 【昼休み】20分 (⑤45分・5分・⑥45分) で、時間が組まれています。
- ・課題の途中でも、気分転換に休憩しましょう。もっといい考えが出てくるかもしれません。
- ・もっと集中したい人も、最大60分を目安に休憩しましょう。

○必ず取り組み、「やらなかった…」は、やめましょう。

- ・土日祝日は課題が少なくなったり、ないときがあったりするので、終わらなかった課題はそこで取り組みましょう。
- ・分からないところは、先生や友達、お家の人に聞いてみましょう。

とよたましょうがっこう

豊玉小学校 ☎3993-4286 (9:00～12:00、13:30～16:00)

★長時間取り組むことよりも、

き ばしょ き じかん てきど きゅうけい
決まった場所・決まった時間・適度な休憩をとること

が望ましいです。

がくしゅうようぐ かくにん

学習用具の確認をしましょう。

- ・えんぴつ □2～5本 □ちょうどいい長さ □削ってある
- ・消しゴム □ちょうどいい大きさ □先が汚れていない(学校では白) □においがいい
- ・赤えんぴつ □1本 □先がとがらないように削ってある(芯が柔らかいので折れやすい)
- (赤ペンでも○)
- ・下じき □プリントやノートよりも一回り大きい
- ・定規 □15cm～20cm □目盛りがはっきり見える □折りたたみでない
- (直線を引くときは、必ず定規を使いましょう。)
- ・課題に必要なものを全て用意しましょう。
- 教科書、ノート、プリント、地図帳、資料集・・・その他、学習にに応じて用意しましょう。

かだい と く くわ がくしゅうしりょう み
課題に取り組みましょう。詳しくは、学習資料を見ましょう。

● 1～3年生は、お家の人といっしょに取り組みましょう。

※できる人は、一人で取り組んでもいいです。

● 4～6年生は、できるかぎり一人で取り組みましょう。

学校と同じ45分の取り組み例

① どんな課題か読み取りましょう。2分

- ・文章を声に出して読みましょう。
- ・大切だと思うところに、線をひきましょう。

② 自力で解決してみよう。自力解決5分間含む30分程度

- ・まずは、だれにも聞かずに5分間取り組む。自分なりの言葉で解いてみましょう。
- ★前に学習した中で、似たようなことを生かして、必ず何か書きましょう。

5分間すぎて・・・

- ★どんな課題かわからないときは、お家の人に聞いてみましょう。
- ★それでも、わからないときは、友達や学校に連絡してみましょう。

※算数等では、わからない問題を、分かるまで考える時間も必要ときもありますが、10分以上考えるよりも、自力でどこまで分かって、どこから分からなかったのか把握した上で、解き方を知り、次の問題に取り組むことも大切です。

- ★完ぺきにしたいと思うのは当たり前。でも、間違えることも学習の一つです。

「分からない」・「できない」があっても大丈夫！！

お家の人や友達、学校の先生に教えてもらいながら少しずつ進めましょう。

③ 見直しをしましょう。3分

- 問題に合った答え方か
- 書き間違いはないか
- まだ解いていない問題がないか
- 他に書き足すことがないか

答えが付いている場合、

④ 答え合わせをしましょう。5分

- ・答えの単位が必要な場合は、必ずつけましょう。
- ・答えだけでなく、途中の式も確認しましょう。
- ※答え合わせは、自分でもお家の人にもお願いしても構いません。

⑤ 振り返りをしましょう。5分

- ・この学習で分かったこと、気づいたことを具体的に書きましょう。
- ※「楽しかった」「難しかった」などの感想ではなく、何を学んだのか書きましょう。

これで45分程度になります。5分程度の休憩をはさみましょう。