

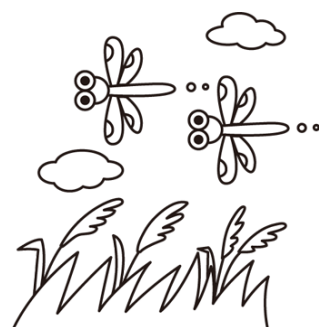
みなみ学級だより

長い夏休みが終わりました。充実した日々が過ごせたことと思います。夏休みの出来事を子供達から聞けることが楽しみです。さて、暑さはまだしばらく続きそうです。早寝早起きの生活リズムを見直して、体調を整えてください。またしっかりと朝食を取ることで、スムーズな一日のスタートができることをお子様とご確認ください。

1学期後期は新しいお友達を迎え、通級が始まります。在籍校や保護者の方との連携を図っていきたくと思いますので、引き続きご協力の程よろしくお願いいたします。

9月の予定

- 1日(木) 1学期後期開始
- 5日(月) みなみ学級保護者会 10:00~(会議室)
※動きやすい格好でお越しください
- 6日(火) 通級開始
学級見学会 8:50~
※来年度入学予定の保護者のための見学会です。
- 7日(水) 会議のため午後指導なし
- 10日(土) 土曜公開(通級はありません)
区一斉防災訓練
- 19日(月) 敬老の日
- 22日(木) 秋分の日
- 30日(金) 運動会前日準備のため
13:00下校 午後指導なし



10月の予定

- 1日(土) 豊玉南小学校運動会
- 3日(月) 運動会振替休業日
※10/4(火)は
運動会が順延になった場合も
通常通り指導があります。
- 7日(金) 1学期通級終了
- 8日(土) 土曜公開(通級はありません)
- 10日(月) 体育の日
- 17日(月) 通級開始



通級予定表について

2学期の通級予定表を、在籍校担任の先生にお届けします。
行事を確認して、保護者の方と相談の上、記入と押印をお願いいたします。
お忙しい中お手数をおかけしますが、9月23日(金)までにご提出ください。
よろしくお願いいたします。

1学期終了と2学期開始について

1学期は10月7日(金)で終了します。2学期の通級は10月17日(月)から始まります。
その間、指導はありません。よろしくお願いいたします。

子供の体と生活習慣

体力づくり

2学期には連合水泳記録会や運動会、遠足、社会科見学など、体力のいる行事を控えている学校も多くあるかと思います。各ご家庭では子供が行事へ向けた練習や当日の活動の中で体調を崩すことなく、本領を發揮することができるよう体力づくりのサポートをしていただけたらと思います。その基礎となるものが「よい生活習慣」です。リズムのよい生活を心がけ、それを実行することが大切です。

○食べようおいしく朝ご飯

○ストップ! 宵っぱりの朝寝坊

○あそびのリズム

○夕食と入浴、睡眠のリズム

寝る子は育つ

子供は、昼間の活動によって疲れきった心身を夜間に睡眠をとることで休めています。また、睡眠中には、休息をとるだけでなく、目には見えない体の内側の部分も含め傷んだところを修復しています。昔から「寝る子は育つ」と言われていますが、まさにその通りで身体的発育の大部分は睡眠中に進みます。これにはヒトの成長を促す成長ホルモンが関与しています。睡眠のリズムはとても大切です。最近は生活スタイルの変化によって夜更かしする子供が増えています。睡眠時間が少なくなり寝不足が続くことは、集中力の欠如や学校への遅刻にもつながります。「早寝早起き」の大事さを是非ご家庭でも再確認してください。

「子どもとマスターする46の体力づくり」より

個人面談について

11月1日(火)全日、2日(水)全日、7日(月)午後、9日(水)全日、11日(金)全日、12日(土)全日の6日間で個人面談を行います。一学期の通級での様子や成果、ご家庭の様子、二学期の目標などについて話し合いたいと思います。以下の希望調査表にご都合が悪いところに×を記入の上、9月30日(金)までにみなみ学級へご提出ください。日程が決まりましたら、別途お知らせします。

-----き-----り-----と-----り-----

みなみ学級 個人面談 希望調査

小学校 _____ 年 児童名 _____

※ご都合の悪い箇所に×を書いて、提出してください。

	10日(土)	14日(水)	15日(木)		16日(金)	19日(月)
9:15~9:45						
10:00~10:30						
10:45~11:15						
11:30~12:00						
13:30~14:00						
14:30~15:00						
15:30~16:00						

締め切り 9月30日(金)

