

健康な子ども

まじめな子ども

思いやりのある子ども

五小だより

第4号

令和6年6月28日

青梅市立第五小学校

校長 松井 良

体を動かす



6月8日に開催した運動会には、多くの地域・保護者の皆様に御来校いただき、児童に大きな励ましの声援をいただけたこと、心より感謝申し上げます。

6月は「運動会」、「体力テスト」の実施、「水泳指導」の開始と、体育指導に力を入れて取り組む教育活動が多く設けられました。体力向上を図ることは、学力向上と同列に学校教育の中で重きを置いて取り組むべき大きな課題です。

40年も昔の話ですが、私は多摩地区の小学校に通っていました。毎日登校後始業前まで、中休み、昼休み、放課後下校放送が鳴るまで、ずっと校庭で遊んでいました。サッカーだったり、ドロケイだったり、ドッジボールだったり、雨の日以外校庭に出ない日はありませんでした。放課後帰宅した後は、学校裏の神社の木に登って、遠くに見える立川高島屋のマークが見える高さまで登ることを友達と競い合いました。公園で近所の下級生とゴムボールとプラスチックバットを使って野球もしました。砂場で上級生と相撲を取り、一場所分の15番のうち、1番でも勝てたときは、小躍りして帰宅しました。今のよう公園で「〇〇禁止」「～はしてはいけません」という類の注意書きはありませんでしたし、子どもが公園で元気に遊ぶことを、近隣の大人も微笑ましく眺めていたように思います。外で体を動かして遊ぶことが当たり前だったというよりも、他に遊ぶものがなかったと言った方が正しいかもしれません。

脳科学者で「バカの壁」の著者でもある養老孟司さんによると、脳の仕組みはコンピューターと似ていて、「入力」された情報を脳内で処理して「出力」するそうです。その際、「入力」とは五感から得られる情報であり、それに反応するように体を動かすことが「出力」なのだそうです。その「入力」と「出力」を繰り返し行うことで脳内のルールができあがり、それが人間の学習の始まりとなっていくそうです。3歳児の識字率と生活習慣を各国で調べた調査でも、識字率の高い子は外遊びの時間が長いという共通点があったそうです。五感を使い、体を動かすことで、「入力」と「出力」が活発に行われるため、脳を鍛えるには頭だけでなく体を使うことが大事なのだと、養老孟司さんは言っています。

体を使って遊ぶことの効果には他にも、交換神経が優位である時間が長くなりポジティブになりやすいということも挙げられます。体を動かすことで分泌されるセロトニンやエンドルフィンといった神経伝達物質もストレスを解消することに役立つそうです。脳の血流もよくなり、脳が活性化することで思考力や記憶力も高まります。体を使った遊びの中で生まれるコミュニケーションも、子どもたちの健やかな成長のためには欠かせないものの一つです。

体を動かすことが脳を鍛え、学力向上にもつながるのだとしたら、外遊びを推奨し、体力向上を図ることは大いに意味のあることだと言えそうですね。

令和6年度 7月の行事予定

授業日数14日

日	曜日	行 事	学年授業時間					
			1	2	3	4	5	6
1	月	いじめゼロ発表(4年) 委員会活動④(卒アル写真予備)	4	5	5	5	5委	5委
2	火	避難訓練④ 授業参観・保護者会・薬物乱用防止教室(5・6年)	5	5	6	6	5	5
3	水	ステップアップクラス	水4	水4	水5	水5	水5	水5
4	木	安全指導④ 授業参観・保護者会(1・2年)	5	5	5	5	6	6
5	金	授業参観・保護者会(3・4年)	4	5	5	5	6	6
6	土							
7	日							
8	月	いじめゼロ発表(2年) わかすぎ指導終了 大掃除週間始 クラブ活動④	4	5	5	5ク	5ク	5ク
9	火	ICT活動② B時程 わかすぎ面談始 7/17まで	B4	B4	B4	B4	B4	B4
10	水	社会科見学4年(玉川上水・リサイクル) ステップアップクラス	水4	水4	水5	6	水5	水5
11	木		5	5	5	5	6	6
12	金		4	5	6	6	6	6
13	土							
14	日							
15	月	海の日						
16	火	大掃除週間終	5	5	6	6	6	6
17	水	給食終 わかすぎ面談終	4	4	4	4	4	4
18	木	午前授業 B時程 水泳指導終 SOSの出し方教育	B4	B4	B4	B4	B4	B4
19	金	終業式 午前授業終 B時程	B4	B4	B4	B4	B4	B4
20	土							
21	日							
22	月	夏季休業日始						
23	火							
24	水							
25	木							
26	金							
27	土							
28	日							
29	月							
30	火							
31	水							

最終下校時刻

4	13:35
5	14:40
6	15:30
水4	13:15
水5	14:30
B4	13:05
B5	14:10
B6	15:00
5委	15:25
5ク	15:40

7月の生活目標
 整理・整とんをしよう
 ・ごみの出し方に気を付けよう
 ・使ったものの後始末をしよう
 ・身の回りの整理、整とんをしよう

熱中症に注意

梅雨の合間の夏日や梅雨が明けた後は、とても暑い陽気が予想されます。熱中症対策をしっかりと行っていきます。休み時間の終わりには手洗いだけでなく、水分補給もします。WBGTの指数を測り、指数次第では外遊びを禁止にします。御家庭でも、水筒を忘れずに持たせるようにしてください。

あいさつ運動

西中と六小と五小が合同で毎年「挨拶運動」を行っています。今年度は中学生が訪問するのではなく、登下校時や放課後、道で出会った時に挨拶をしましょうという運動です。

挨拶は、人とのコミュニケーションの第一歩であり、その場の雰囲気明るく和やかにします。第五小学校を挨拶でいつながりを作り学び合いの場としていきます。御家庭でも「おはよう」「行ってらっしゃい」「いただきます」「おやすみなさい」「ありがとう」等、声掛けをお願いします。

社会科見学

3年生以上の学年では、社会科見学の機会を設けています。

6月28日(金)には、6年生が、科学技術館と国会議事堂を見学しに行きました。

7月10日(水)には、4年生が羽村の郷土博物館・リサイクルセンター・西多摩衛生組合に出かける予定です。施設を見学し、より深く学ぶことと、集団で行動するためのマナーを実践することがねらいです。持ち物やお弁当等準備でお世話になります。どうぞよろしくお願いいたします。

