



学校便り 4月号②

太陽の学校

- 【教育目標】笑顔かがやく 太陽の子
 【努力目標】
 ・思いやりのある子
 ・自分の力で学ぶ子
 ・心身ともに健康な子
- 【最重点取組事項】
 ・認め合う人間関係づくり
 ・学力の向上
 ・健康な体づくり



khigasi2.exblog.jp

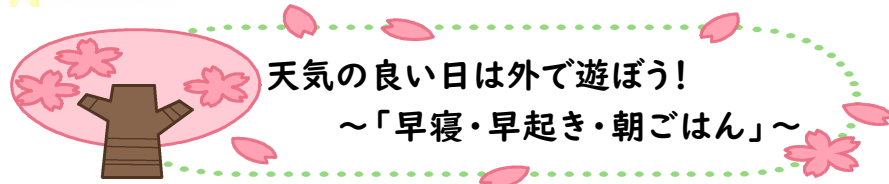
ホームページアドレス
<https://kuroishi-higashi.com>
 緊急用メールアドレス
 kurohigasi2020@gmail.com

本校のホームページ・ブログをぜひご覧ください

令和6年4月25日発行

黒石市立黒石東小学校

TEL 52-3880



天気の良い日は外で遊ぼう!

～「早寝・早起き・朝ごはん」～

校長

学校の桜も満開になりました。花びらが風に舞っていて、緑の葉も出始めてきています。

天気の良い日には、子どもたちは朝休み、中休み、昼休みと、校庭に出て鉄棒をしたり、サッカーをしたり、スキー山で遊んだり、元気に体を動かしています。本校では、8時から20分間、朝活動の時間を設定しています。読書や体づくりもこの時間に行っていて、曜日ごとに2学年ずつマラソンもがんばっています。日光を適度に浴び、適度に運動することで、気持ちがあすっきりし、元気に活動できるようになるそうです。太陽の光を十分に浴び、楽しく外遊びをし、友だちと一緒に運動をがんばっているから、学習にも意欲的に向かっていけるのですね。さすが「太陽の子」です。

さて、参観日でもお話させていただいていますが、子どもたちの心身の成長に大切な習慣の一つに、「早寝・早起き・朝ごはん」があります。小学生がとったほうがいい睡眠時間は【9時間～10時間】だそうです。夜は早めに眠っていますか?寝る時刻が遅くなっていくと、起きる時刻も遅くなって、朝ご飯を食べてこれなかったり、学校に来ても眠くてイライラしたりして、学習にも身が入らないことが増えてきます。また、早く布団に入っても、なかなか眠れないこともあるかと思えます。もしかしたら、ゲームや動画などを長い時間見続けていることがあるかもしれません。ゲームや携帯端末で使われている液晶画面からは、【ブルーライト】が出ています。夜眠る前に【ブルーライト】が目から脳に入ると、脳は一日たくさん働いて疲れているのに、もっと頑張ろうとして、眠ろうとしてもなかなか眠れなくなります。眠りに入りやすくするためには、夜眠る30分前にゲームや動画視聴をしないようにすればよいそうです。

本校では0のつく日は「ノーゲームノー動画デー」として、動画視聴やゲームのやりすぎに注意して、家庭で決めたルールを守る日にしています。良い睡眠がたっぷり取れると、学校でも元気に落ち着いた生活をする事ができ、成績も良くなる事がわかっています。「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけさせ、子どもたちに良い生活習慣が身に付くように一緒にサポートしていきましょう。

交通安全を心掛けましょう

4月16日(火)に交通安全教室が行われました。1、2年生は実際に道路に出て安全に歩く練習をしました。ちとせ交番のおまわりさんや地域の交通防犯部(見守り隊)の方々の協力を得て安全な歩行の仕方を確認しました。登下校や休みの日に、学んだことを思い出して事故に遭わないように気を付けてもらいたいです。



真剣に取り組む1年生

全国学力・学習状況調査



真剣に取り組む6年生

4月18日(木)、全国の6年生が挑んだ全国学力・学習状況調査(国語・算数)を本校も行いました。結果を授業改善に生かしていきます。



5月の主な行事予定

日	曜	行事等	給食
1	水	委員会	○
2	木		○
3	金	【憲法記念日】	
4	土	【みどりの日】	
5	日	【こどもの日】	
6	月	【振替休日】	
7	火	前期児童会総会 2年5時間学習 食生活実態調査(～13日)	○
8	水	児童集会 委員会	○
9	木	PTA常任委員会 心電図9:00～(1年)	○
10	金	心電図9:00～(4年)	○
11	土		
12	日	PTA環境整備作業8:00～	
13	月	人権の花運動(5年)14:00～	○
14	火	2年火曜日6時間学習開始	○
15	水	全校集会 職員会議 SSW	○
16	木	内科検診(1・3・5年)	○
17	金	4時間学習(給食あり)運動会会場準備作業	○
18	土	運動会(黒石運動公園陸上競技場)	×
19	日	運動会予備日	
20	月	振替休業日	
21	火	SC	○
22	水	児童集会 クラブ組織会(4～6年)	○
23	木	内科検診14:00～(2・4・6年) 集金日	○
24	金		○
25	土		
26	日		
27	月		○
28	火		○
29	水	歯科検診(1・3・5年)、すくすくの会(1年)、SSW	○
30	木	歯科検診(2・4・6年)	○
31	金	全校4時間学習(給食あり)避難訓練、引き渡し訓練	○

A L Tは水・木・金曜日に来校します。

S Cはスクールカウンセラー来校

S S Wはスクールソーシャルワーカー来校