

ぐんぐん

～しっかりまなび、ともだちにやさしく、げんきよくすごせつ～

尾道市立向東小学校

1年生だより

平成30年 10月2日

NO. 22

社会見学に行ってきました！

<1年1組>



<1年2組>



9月28日(金)、天気に恵まれて福山市立動物園と富谷ドームランド公園へ社会見学に行ってきました。キリン、ゾウ、フラミンゴ、リス…次々に見られる動物たちに歓声をあげたり、手を振ったりしていた子供達。普段の小学校生活ではできない学習に、終始、子供達は笑顔で楽しく過ごすことができました。お忙しい中、お弁当の準備等、ありがとうございました。

生活リズムチェックカードのご協力をお願い致します。

1学期に行った生活実態調査では、起床・就寝時刻、目覚め感、朝食等についてお伺いしました。1年生の実態と対策を3点お伝えします。

【調査結果】

- ①目覚め感が良くない児童が多い。
⇒就寝時刻10時以降が15%、起床時刻7時以降が10%
- ②すっきり目覚めた児童が10% (6学年の中で最も低い)
⇒家族に起こしてもらった児童が70%
- ③主菜・副菜が揃った朝食をとっている児童が25%
⇒時間がない40%、用意されていない60% (右のグラフより)

【対策】

- ①9時就寝を目標とする(遅くても9時30分には寝る)。
6時起床を目標とする(遅くても6時30分には起きる)。
- ②自分(目覚まし時計)で起きて、身体も気持ちもすっきり目覚められるようにする。
- ③パン、ゆで卵、ミニトマト、バナナ、牛乳等、子供達が自分ですぐに食べられるようにする。

子供達が健康に生活を送ることができるよう、ご協力よろしくお願い致します。

また、向東小学校の傾向としては、睡眠の質に課題が見られること、時間がなく十分に朝食を食べることができない児童が多いことが挙げられます。そこで、「起床時刻」「家を出る時刻」「就寝時刻」を決め、10月1日(月)から5日(金)の5日間、規則正しい生活ができるよう学校全体で「生活リズムチェックカード」の取組を行います。保護者の方には、子供達が決めたそれぞれの時刻が実現可能であるか確認していただき、自分でチェックができるよう、毎日声掛けをお願いします。また、取組を終えて保護者の方に記入していただく欄がありますので、そちらもお願い致します。カードは10月9日(火)にふり返りを書いて提出してください。お知らせが遅くなってしまい申し訳ございませんでした。

お願い

子供達が鍵盤ハーモニカを肩から斜めにかけてもらえるよう、青いひもをつけています。ひもが長い場合がありますので、その際にご家庭でお子さんの身長に合わせて、青いひもの長さを調整していただきたいと思います。右の写真のように、肩から斜めにかけての時に、腰の骨盤に吹き口の根元がくるようにしてください。よろしくお願い致します。

