

かまだの子

令和4年(2022年)6月24日
松本市立鎌田小学校
学校だより 6月号

青空の下での体育参観 6月4日(土)実施

今年度も、子どもたちの体育学習の発表の場として、連学年ごとに時間を分けた体育参観を実施しました。当日は、各学年ともにこれまでの体育学習の成果をじゅうぶんに発揮する姿が見られました。それぞれの学年の子どもたちが精いっぱい取り組み、よいお天気の中でおこなわれた各学年の競技や演技の様子をお伝えします。

3年生

赤白、それぞれの大玉を自分たちだけで協力して送る姿。初めてコーナーのあるコースをいっぱい疾走する姿。どちらも勝負や順位がつく競技でしたが、目の前のことを一生懸命に取り組む3年生の姿が見られました。

全力3年大玉送り



それゆけ! 鎌田のスーパースター



4年生

ロケットパワーで猛ダッシュ



ハッピーパワーダンス信濃の国



信濃の国のダンスは、タブレットで「アルクマ」が躍る動画を見ながら練習を重ねてきました。校庭では、動き一つ一つを確認し、素敵なダンスに仕上がりました。目標に向かってみんなが頑張る4年生の姿が見られました。

1年生

初めての体育参観。ゴールを目指して頑張る姿、かごをめぐらせて何度も玉を投げる姿。走る順番、玉入れの並び方など、短時間で覚えることがたくさんでしたが、最後まで全力で頑張る1年生の姿が見られました。

よ〜い どん!



かごいっぱい レッツトライ!



2 年 生

鎌田の地を駆け抜けろ



鎌田の荒馬（表現）



「ラッセラー、ラッセラー」体育参観が近づくにつれ、教室や校庭から聞こえる掛け声はますます大きくなっていきました。元気に踊るところと止まるところなど、自分たちで考えながら行動する2年生の姿が見られました。

5 年 生

素早く竹を動かし、どのチームが勝ってもおかしくない展開の台風の日。高学年の仲間入りをし、ひと回りたくましくなった走り。一つのことに向かって精一杯取り組み、達成感と自信にあふれる5年生の姿が見られました。

975 ヘクトパスカル（台風の日）



全力疾走 in 鎌田



6 年 生

LAST RUN



届ける 心から心へ（表現）



力強い走り、息の合った表現。最後の体育参観にふさわしい姿でした。表現では、全体の動きをそろえるために、一人一人が気持ちを投入して演技する6年生の姿が見られました。残りの小学校生活での活躍も期待しています。

感染症対策として各ご家庭では1名の参観をお願いし、健康観察カードをご提出いただいたうえで、参観していただきました。ご協力、まことにありがとうございました。

プールでの学習が始まります

6月13日（月）に放送によるプール開きを行いました。7月末まで、1か月半の短い期間ですが、安全に気を付けてプールでの学習を進めていきます。今年も6年生がプールの汚れを落として、全校の皆さんが気持ちよくプールを使うことができるように準備をしてくれました。ありがとうございます。少しでも水に慣れたり、泳ぎが上手になったりするプール学習にしていけるとよいと思います。



プールの清掃をする6年生

6月校長講話より 一脳のお話

地球上で一番賢い動物は、「ヒト(人間)」ですが、人間の脳の大きさは、動物の中で何番目だと思いますか。1番目は、「マッコウクジラ」(7800g)です。2番目は、「アフリカゾウ」(5712g)です。3番目は、「バンドウイルカ」(1500g)です。そして、次が「ヒト(人間)」(1320g)なのです。つまり、人間の脳は動物の中では4番目。ちなみに、好きな人もいかもしれませんが、「ティラノサウルス」の脳は530g、チンパンジーより少し大きいぐらい、ステゴサウルスは28g、猫と同じくらいだそうです。



では、なぜ「ヒト」は賢いのでしょうか。それは、脳の中で「前頭前野」という部分がとても発達しているからです。そして、この「前頭前野」というところが、「考える」「記憶する」「アイデアを出す」「感情をコントロールする」「判断する」「応用する」など人間としてとても大事なことをコントロールする部分だそうです。つまり、私たちはこの「前頭前野」を鍛えることによって、新しいことに挑戦したり、新しい技術を生み出したりできるのです。

どうしたら、「前頭前野」を鍛えることができるのでしょうか。それは、「自分の手で書くこと」「毎日いろいろな人と会話すること」。そして、「心を込める」「意識する」ことも「前頭前野」を鍛えるためにとても有効なことだそうです。例えば毎日行っている清掃も、床を拭くときに「ここをきれいにしよう」と意識したときと、ただ何となく雑巾を動かしているときでは、前頭前野の働きを脳波で調べてみると、明らかに気持ちを込めたときの方が活発に働いていたそうです。つまり、自分の行動を自分でコントロールすることが大事なのです。「自分をコントロールする」ということと言えば、「がまんする」ということもありますね。もちろんとても大事なことのひとつだそうです。

さて、みなさんが大好きなゲームですが、毎日しかも長時間やっているときには、ほとんど前頭前野は働いていないことが分かっています。ゲームが得意な人ほど、無意識にコントローラーを動かすことができますよね。これは、運動するときの脳の働きと同じだそうです。長時間ゲームをやり続けると頭だけでなく体も疲れませんか。長時間ゲームをしていると脳や体が疲れすぎて逆に眠れなくなったり、眠りが浅くなったりするそうです。朝、このような状態だと気持ちよく学校に来ることができませんね。

そんなゲームですが、短時間行ったときの脳波を調べてみると、大人の方が肩をもんでもらってリラックスしているときの脳波にとってもよく似ていたようです。ですので、宿題や読書など前頭前野をしっかり鍛えた後、リフレッシュさせるために時間を決めてゲームを行うといったバランスが大事だそうです。また、「30分ゲームをしよう」として「30分経ったのでやめよう」と自分で自分の気持ちをコントロールすることも、「前頭前野」を鍛えるためにとても良いことです。

今日は、「前頭前野」を鍛える方法についてお話しました。そうじの時間には、「ここをきれいにしよう」と意識してみてください。また、多くのお友達との会話を楽しんでください。家でのゲームの時間を自分で決めてください。毎日続けるときっといいことがありますよ。

連絡

○7月の参観日の際の保護者向け健康観察カードを配布します。授業参観、学級 PTA 懇談会にお越しの際は、記入の上ご持参いただき、昇降口に設置するボックスへお入れください。ご協力をよろしくお願い致します。

○夏季におけるマスクの着用につきましては、体育の授業、登下校時には、熱中症対策を優先し外すように指導しています。その上で、できるだけ距離を空けたり近距離での会話を控えたりするなどの対応をしております。なお、外すことに不安を感じている児童は無理に外すことはしておりませんが、熱中症に十分気をつけて対応してまいります。

○長野県では、下のように体罰に関する相談窓口を設置しております。また、鎌田小学校では定期的に体罰防止の職員研修を実施し、非違行為防止に努めております。心配なことがございましたら、学校や相談窓口にご相談ください。

【体罰に関する県の相談窓口】

- 子どもや保護者の声をお聴きします・・・
「**学校生活相談センター**」(心の支援課内) **0120-0-78310**
【24時間子どもSOSダイヤル】
- 小・中学校に関することは・・・ **義務教育課 026-235-7426**
- 特別支援学校に関することは・・・ **特別支援教育課 026-235-7456**
- 高等学校に関することは・・・ **高校教育課 026-235-7430**
- 部活動・社会体育に関することは・・・ **スポーツ課 026-235-7448**
- 青少年に関することは・・・
「**長野県子ども支援センター**」(こども・家庭課内)
子ども専用ダイヤル(無料) 0800-800-8035
「**なんでもハロー青少年**」(次世代サポート課内) **026-235-7100**

☆ 義務教育課では、封書、電話、ファックス、メール等で相談ができます。下記の宛先等をご活用ください。

| | |
|--------|--|
| 宛先 | 長野県教育委員会義務教育課 「体罰に関わる相談窓口」宛 |
| 住所 | 〒380-8570 長野市南長野幅下 692-2 |
| 電話 | 026-235-7426 (直通) |
| FAX | 026-235-7494 |
| E-mail | taibatsu-sodan@pref.nagano.lg.jp |

7月の予定

- 1日(金) 5、6年参観日
- 5日(火) 5年美ヶ原学習
- 7日(木) 3、4年参観日
- 11日(月) 学年費振替日
- 12日(火) 1、2年参観日
- 19日(火) ~ 22日(金)
2者面談期間(児童と担任)
- 25日(月) 1学期終業式
- 26日(火) ~ 8月21日(日)
夏季休業
- 8月1日(月) 給食費振替日

※7月の保健行事は、特に予定されておりません。



あさがおも育ってきています。
花は、いつ咲くかなあ…。(1年生)

◇ 新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、行事予定が変更になることが考えられます。その際には、改めて連絡いたします。