

スマイル

第2号 2023. 5. 22発行
南つつじヶ丘小学校
通級指導教室



新緑がまぶしい 季節になってきました

新年度から1ヶ月以上が経ちました。

新しい生活に慣れてきたようで、でも、もしかしたら、緊張の連続で疲れもたまってきているかもしれません。無理をしないようにお気をつけください。

さて、ゴールデンウィークの間に、今年度増設された指導室の工事が行われ、プレイルームだった場所が2つめの指導室になりました。今までの指導室と同じようにカーペットの床、マジックミラーで指導も参観できるなど、学習するための部屋として整ってきました。

ただ、今回の工事で、プレイルームの活動が指導室から参観できなくなったり、一般的な教室と同じように木の床になっているため、スリッパで運動するには滑りやすい状態になっています。

指導の際には、できるだけお子さんの上履きを持ってきていただくとありがたいです。

ご不便をおかけしますがよろしく願いいたします。



新しい「指導室2」です。(この部屋の左側がプレイルームになります)

コロナで体力低下が心配・・・

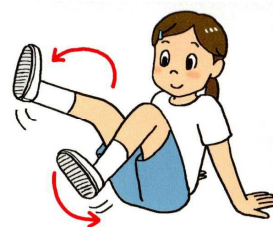
新型コロナウイルスが5類に移行し、学校では自由に遊べる時間も増え、体力テストや運動会の季節になってきました。

ただ、最近の「全国体力・運動能力調査」ではコロナ禍の影響もあり、殆どの種目で数値が下がっているようです。

運動をする際には、「バランスをとる動き」がとても大切になります。

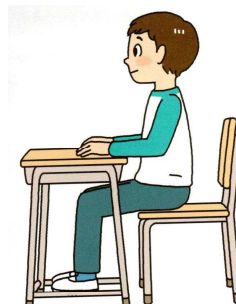
生活の中に様々なバランスを取る動きを取り入れてみましょう！

<床に座って>



自転車をこぐように両足とも回す。座ったまま足の裏で拍手をしたり、足を上げたりするのも効果的。

<椅子に座って>



このように背筋を伸ばして座り、足を3センチくらい持ち上げ、5秒ほどキープする。

<遊びの中で>



線の上を、一方のかかとともう一方の足のつま先をつけて歩く(タンデム歩行)。座っていて姿勢が崩れる時は、動きを通してバランスの維持を学ぶことが大切です！

「体の動き しくみとトレーニング～ナツメ社～」より



野菜の栽培でかしこく？！

学校では理科や生活科の学習で様々な野菜を育てることがありますが、栽培の経験がある子ども達の方がたくさんの種類の野菜や果物を食べるという研究があるそうです。

春や夏は「ラディッシュ(ハツカダイコン)」が、成長のスピードも速く、毎日目に見えて成長するので、水やりも楽しくなるはずですよ。

他にも、五感を使いながら、育つ様子を撮影したりスケッチしたりすると理科の勉強にもなりますね。