



杉八だより

平成30年8月29日 杉並区立杉並第八小学校

切り替え

校長 黒川 雅仁

★夏休みが終わり、子供たちの元気な声が学校に戻ってきました。夏休みだからこそその経験や体験をしたのでしょうか。どの子もたくましく見え、2学期の活躍が大いに期待されるところです。今朝の始業式では「スイッチを切り替え、学校生活を」という話をしました。この切り替えがうまくいかないとなかなか学校モードに復帰できず、学習に集中できない状態が続きます。

★「プロフェッショナル 仕事の流儀」というTV番組をご存知でしょうか。各業界の「仕事人」の仕事振りやその信念などが紹介されるドキュメンタリーです。見ていると「仕事人」と呼ばれる人達は「集中モード」に入る決まり事を皆持っているように見えます。人間の脳が働くときには「集中モード」や「リラックスモード」といったその場に応じたモードに切り替わります。このモードの切り替えは、自分の意志ではコントロールが難しいと考えられています。しかし、プロフェッショナルたちは必要に応じて脳のモードを切り替えるための方法を持っているようです。いわゆる「自分で自分のスイッチを切り替える」という行動です。共通していることは、行動する前の決まり事を持つことだそうです。イチロー選手の打撃前のしぐさなどが有名です。ある行動のあとに本番に突入する、集中モードに切り替えるという繰り返しが、脳に信号を与えていているのです。

★子供たちが、夏休みモードから学校モードに切り替わるには、規則正しい生活を送ることになるでしょう。特に脳に栄養を与える「朝食」は欠かせません。朝食を摂らなかった場合、体温が低いことはよく知られています。そのため冬眠状態の動物と同様の身体で一日がスタートすることになります。さらに、脳はブドウ糖をエネルギー源にしていて、起きている時はもちろん寝ている時もブドウ糖を消費します。つまり、前日の夕食で摂った分は朝目覚める頃にはほとんど残っていない状態にあるのです。朝食を摂ることは、脳を活性化させ身体を「学校モード」に切り替える大切なスイッチになります。

★子供たちが学校モードに戻ったとたん、季節も秋に切り替わります。スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋。人の活動が活発になるときです。心と身体をしっかりと切り替えて 2学期も充実した学校生活を送れるよう教職員全員で支援していきたいと思っています。ご協力の程お願ひいたします。

9月の生活目標

人の話をしっかり聞くこう

生活指導部

「人の話をしっかり聞く」ことができるとどんなよいことがあるでしょうか。授業の場面を想像しながら考えてみましょう。

教師の指示をしっかり聞いていた子は、すぐに作業に取り掛かることができます。今、自分が何をすればよいかを明確に理解しているので、集中力も高まります。友達の発表をしっかり聞いていた子は、相手と自分の考えを比べることができるので、1つのテーマについても多様な考え方があることを学ぶことができます。

学校では「話す」「聞く」「読む」「書く」など、様々な力を伸ばす学習をしています。これらの力をバランスよく伸ばしていくためには、まず「聞く力」を安定させることが大事と言ってもよいかもしれません。

2学期も「よい姿勢で」「相手を見て」「頷きながら」など、子供たちに「よい聞き方」を指導していきます。

[8・9月の行事予定]

日	朝	学校・保健行事	1年	2年	3年	4年	5年	6年
29 水		始業式 給食始 委員会	4	4	4	5	5	5
30 木		4時間授業 あいさつ運動(6年生)	4	4	4	4	4	4
31 金		あいさつ運動(4年生)	5	5	6	6	6	6
1 土								
2 日								
3 月 朝 会	朝 会	安全指導 ALT あいさつ運動(2年生)	5	5	5	6	6	6
4 火		避難訓練	5	5	6	6	6	6
5 水 朝 会	朝 会	杉八集会練習朝会	4	5	5	5	5	5
6 木 朝 会	朝 会	杉八集会練習朝会	5	5	5	6	6	6
7 金			5	5	6	6	6	6
8 土		3時間 土曜授業(杉八集会)	3	3	3	3	3	3
9 日								
10 月 朝 会	朝 会	クラブ 計測(5・6年生)	5	5	5	6	6	6
11 火		計測(3・4年生)	5	5	6	6	6	6
12 水		計測(1・2年生) 国際理解教育(低・高)3・4校時	4	5	5	5	5	5
13 木 音 楽			5	5	5	6	6	6
14 金		水泳指導終	5	5	6	6	6	6
15 土		サタハチ(ヤゴイカダ)						
16 日								
17 月 敬老の日								
18 火 朝 会	朝 会	保健指導(1年生)5校時 給食費引き落とし日 長縄チャレンジ月間始(~10/12)	5	5	6	6	6	6
19 水 総 割		全校装飾づくり(朝) まち探検(2年生)3・4校時 移動プラネタリウム(6年生)4校時	4	5	5	5	5	5
20 木 集 会		全校装飾づくり(掃除)	5	5	5	6	6	6
21 金		遠足(4・5年生)	5	5	6	6	6	6
22 土								
23 日		秋分の日						
24 月		振替休日						
25 火 朝 会	朝 会	外国語活動(3・4年生)2・3校時 委員会(前期反省)	5	5	5	6	6	6
26 水		歯科保健指導(全学年)5校時	5	5	5	5	5	5
27 木 集 会		6年生総合発表集会 縱割りお弁当給食・遊び	5	5	5	6	6	6
28 金		遠足予備(4・5年生)	5	5	6	6	6	6
29 土								
30 日		杉四小運動会						

<下校時刻>

	月火木金土	水・特時	S特時
3校時	11:40		
4校時	13:15	13:15	12:15 (給食なし) 13:00 (給食あり)
5校時	14:40	14:20	14:00
6校時	15:30	15:10	14:50

【あいさつ運動】8月30日(木)、31日(金)、9月3日(月)

地域の皆様と共にあいさつ運動を行うことで、すすんであいさつをすることや、あいさつを気持ちよく返すことができる杉八小の子供たちを育てたいと思います。ご協力をお願いします。

【杉八集会】9月8日(土)～群読と音楽で繰る杉八集会～

今年のテーマは「杉八の森～ひとつのいのち みんなのいのち～」です。杉八小の子供たちの生活や学びを一つの森に例えて発表します。是非、多くの方に子供たちの発表する姿をご覧いただきたいと思います。

【国際理解教育】9月12日(水)1～3年生3校時、4～6年生4校時

「セントルシアってどんな国?」と題して、セントルシアの方とJICAボランティアで活動されていた方にお話を伺います。またとなる機会です。地域・保護者の方も是非、ご覧ください。

【歯科保健指導】9月26日(水)

今年も歯科衛生士養成課程に在籍する学生により、歯の役割や歯みがきの大切さ、みがき方等を指導してもらい、児童の歯科保健に対する意識の向上を図ります。