

学習だより

令和5年6月

真岡市立中村小学校

学習指導部

No.3



雨にぬれた紫陽花が美しく感じられる季節に入りました。早いもので一学期の折り返しです。家庭学習の様子はどのようなのでしょうか。

毎日、「同じ時刻に」「同じ場所で」学習する習慣を付けることは、学習効果が上がる方法の一つだそうです。学習と余暇のメリハリを付けて計画的に学習に取り組めるように、早速、家庭学習強化週間を設けます。保護者の皆様の御協力をお願いいたします。

★★★家庭学習強化週間 6月12日（月）～18日（日）★★★

【 家庭学習振り返りカードの記入例 】

	月日	6/12	13	14	15	16	17	18
	曜日	月	火	水	木	金	土	日
	学校からのお知らせは、家の人にわたしましたか。	○	○	○		○		
	テレビは、けしてありますか。				○			
	れんらくちょうを見て、もち物をたしかめましたか。	○	○		○			○

※ 「家の人のことば」の欄に、保護者の方のコメントをお願いします。

※ 6月20日（月）に、担任の先生に提出してください。

令和2年度から新学習指導要領が全面実施されました

学習指導要領は、国が約10年に一度見直しを図る総合的な教育計画のようなもので、各教科でどんな内容を教えるのかを示してきました。今回の特色は、その学び方も示したことと、3本柱と称される資質・能力を確実に身に付けさせることに重点を置いていることです。

☆学び方・・・各教科等で、子どもたちが主体的・対話的で深い学びができるようにし、見方や考え方を身に付けて課題にチャレンジできるような授業を目指し、工夫、改善をしていきます。今年度、中村小学校では、特に国語の研究をとおして深めていきます。

☆3本柱・・・①各教科で身に付ける基礎的な知識や技能
②思考したり、判断したり、表現したりする力など
③豊かな人間性や学びたいという意欲や態度

正しい姿勢で学力アップ

- 正しい姿勢とは・・・
- ① おしりを後ろに引く
 - ② 腰骨の中心を前に突き出す
 - ③ 軽くあごを引き、下腹に力を入れ、持続させる

◆良い姿勢で学習すると集中できる、覚えたことを忘れにくい、同じ姿勢をとると記憶が引き出せるという効果があるそうです。また、鉛筆を持っていない手は、ノートやプリントをおさえるなど、しっかり両手を活用することが大切だそうです。右手は言語や計算などを担当する左脳と繋がっていて、左手はひらめきや空間認知などを担当右脳と繋がっているのです、両手を使うことで脳をフル活用できます。

こんな姿勢を続けていると

- ・悪い姿勢のくせがついて背骨もゆがみやすい。
- ・肩こり、腰痛の原因になる。
- ・視力低下の原因になる。
- ・疲れやすい
- ・内臓の働きが悪くなる。(便秘や下痢)
- ・集中できない
- ・あごがゆがんだり、歯並びが悪くなったりする。

◆実は、子どもの姿勢は、中学生で一番乱れると言われています。その前段階の小学生でちゃんと姿勢を良くする習慣を付けましょう。

足はペタン 背中ピン おなかとせなかにグー1つ



ほんの少し憂鬱な雨の日も、移り変わる紫陽花の色や雨上がりの虹など、思いがけず美しい景色に出合えるかもしれませんね。私もお気に入りの傘を開いて少し出かけてみようと思います。