

# でんじ草



平成 29年 12月 20日発行  
厚木市立妻田小学校  
厚木市妻田南1丁目14番1号  
電話 046-224-5911  
FAX 046-224-5958  
E-mail  
tsumada-es@edu.city.  
atsugi.kanagawa.jp



## 睡眠

校長 曾我 晶子

ある文章に「睡眠の問題は多様な心身の発達困難を引き起こしている」と書かれていました。昔から「寝る子は育つ」と言います。

しかし、子ども達の中には、朝から「眠い」と言ったり、机に伏せてぐったりしていたりする子もいます。

現代社会は、夜も明かりがあふれ、テレビやゲーム、インターネットなどの画面も鮮やかな光を発しています。それらの使用は、視覚や脳を刺激し睡眠にも影響します。睡眠時間を奪ったり、なかなか寝付けない入眠困難な状態や眠りが浅い状態を引き起こしたりして、睡眠不足を感じる結果になるようです。

逆に子どもの話に親がしっかりと耳を傾けコミュニケーションを図ることができれば、子どもは安心して眠りに入るとも言われます。

時間はもちろんですが、質の高い睡眠をとることも大切です。

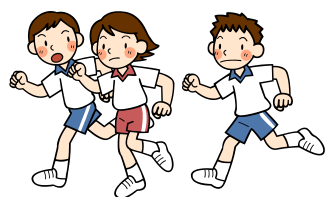
太陽の明るさを感じることでできる部屋で眠ると、日の出の時間に起床時間が左右されるようになります。でも、それは人間にとって自然な姿なのだと思います。そして朝日を浴びることで体が覚醒し、1日のよいスタートが切れるのです。朝のスタートをきちんとすれば、自然と夜も眠くなります。

全国学力・学習状況テストの結果、本校は、テレビ視聴やゲームや携帯・スマホをする時間が全国・県よりも長く、また、朝食を食べていない子も平均より多いという結果が出ました。

生活のリズムをしっかり作ることで、おいしく食事をとることができ、更には人とのコミュニケーションや学力にもつながっていくのです。

活動の基礎となる睡眠を大事にしましょう。

## ☆☆☆ 持久力をつけよう！妻田っ子！！ ☆☆☆



平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査によると、神奈川県内の小学生の体力・運動能力は、昨年度と比較すると大きく向上していることが分かりました。一方で持久力(20mシャトル)の結果については課題があるようです。

3学期には、各学年で、持久走大会を予定しています。大会当日に向けて持久走週間を設け、業間休みに校庭を走って体力づくりをします。

体力をつけて元気よく学校生活が過ごせる妻田っ子を目指します。

(体育担当)

## 「みんなで築こう 人権の世紀 ～考えよう 相手の気持ち 未来へつなげよう 違いを認め合う心～」



見出しの言葉は、今年度の「人権週間」(12月4日～12月10日)の啓発活動重点目標です。

本校でも、お昼の放送で人権週間の話をしました。「人権」に関する絵本の読み聞かせを行ったり、道徳の授業を通して「人権」について考えたりと、それぞれの学年で工夫して取り組みました。

自分を大切に思うこと、友だちを思いやり認めること。「安心・安全な妻田小学校」にするために、これからの生活の中で、実践につなげてほしいと思います。(人権教育担当)

## 全国学力・学習状況調査の結果から

妻田小の6年生児童の傾向についてお知らせします。(児童質問紙より)

### <良い傾向がみられる点>

- ・「自分には、良いところがある」に「当てはまる」と答えた児童が9割以上いた。(自己肯定感が高いと言える。)
- ・「予習・復習をしている」と答えた児童が多い(学習に意欲的に取り組む姿勢が見られる)
- ・「自分の考えを書く時、考えの理由がわかるように書こうとしている」と答えた児童が多い。
- ・「自分の考えを深めたり、学級やグループで話し合ったりする活動に積極的に取り組もうとしている」と答えた児童が多い。

### <課題となる点>

- ・学校の授業以外では、約2割の児童が「まったく読書をしていない」と答えている。
- ・PCやスマートフォンも含め、約4割の児童が「1日2時間以上ゲームをする。」と答えた。
- ・算数や国語の問題で、解答を文章で書いたりわけや求め方を書いたりする時に、「途中であきらめてしまう」と答えた児童が3割いる。
- ・「朝食を食べていない・あまり食べていない」と答えた児童が1割以上いる。

ぜひここで一度、お子様の生活習慣を見直してみましょう。

今年度の全国学力・学習状況調査の結果の分析等が、厚木市のホームページで公開されています。ぜひ、参考にご覧ください。

## 年末・年始休業

学校は12月28日から1月3日まで、閉鎖しています。校庭への立ち入りもできませんので、ご承知おきください。(この期間、校地内はパトロールの方が見回ります。)

不審者や交通事故など、子どもを取り巻く環境は決して安心とは言えない状況です。保護者やご家族の皆様も、冬季休業中の児童の見守りに、ぜひ、ご協力をお願いいたします。何かあったらまず110番をお願いします。

## <<3学期授業参観>>

2学年ずつ、同日です。

1年と6年・・・2月20日(火)

2年と3年・・・2月16日(金)

4年と5年・・・2月15日(木)