



上北沢

学校だより【2月号】

令和7年1月31日

世田谷区立上北沢小学校

校長 三浦 健仁

世田谷区上北沢4-22-29

〒156-0057 TEL3302-0485 FAX3302-7351 URL <http://school.setagaya.ed.jp/kawa/>

よりよい運動習慣から子どもたちに判断力を

副校長 高橋 章浩

子どもたちの体力低下が話題に上がることが多い昨今、スポーツ庁より「令和6年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果」が発表されました。これは、全国の小学校5年生と中学校2年生を対象として行われた調査結果です。調査結果の総括には、「生活全体を通じた運動機会を確保すると共に、良好な生活習慣が形成されるよう、学校・家庭・地域における取り組みを通じた働きかけを行っていくことが重要である。」と報告されています。

本校では、4月に校長よりお示しさせていただいた、学校経営方針の中で「外遊び、体育や体育的活動を通して、体を動かす子どもを育てます。外へ出て体を動かすことの利点は体力向上だけではなく、前頭葉の発達を促すことができ、学力の向上、情緒の安定にもつながります。」として教育活動に取り組んでまいりました。体育科の学習だけでなく、年間を通じて、長なお集會、なわとびタイムや持久走週間など運動機会を意図的に設けています。

また、調査結果には卒業後の運動意欲の観点から、「生活習慣や運動習慣に加えて、運動やスポーツに対する好意的な意識を形成する取り組みも有効と考えられる。」という報告もあります。子どもたち自身が運動をすることが好きになり、自分たち自身で楽しむことができるようになる取り組みが必要だということです。体育科の授業では、誰もが楽しめるようなルールを子どもたちと一緒に考えたり、子どもたち同士でアドバイスし合ったりするなどの活動を多く取り入れています。校長や教員が、持久走の大切さと共に、子どもたちの意欲を喚起するような動画を作成して子どもたちに見せてから、持久走週間に入るなどの工夫もしています。

3年生の保健で学習しますが、健康な体は「運動」だけではなく、「食事」や「睡眠」も併せ3つのバランスがとても大切です。「食事」については、給食だよりや毎日の給食に栄養士からの手紙等を通しての食育を行っています。それと同時に、各ご家庭でバランスの良い食事についてのお話も日常生活の中であるかと思っています。さらに、「睡眠」についても日々、子どもたちに声かけをしていただいていると思います。

各ご家庭では、子どもたち自身が「いろいろな物を食べたいな。食べたら成長につながるな。」「早く寝るといいことがあるのだな。」と自ら判断して好意的にその行動をとるような声掛けや取り組みを工夫してみてください。これは、とても時間がかかり、忍耐が必要な取り組みではあります。子どもたちの成長を長い目で見て、大人が教えるのではなく、成長を支えるようにシフトチェンジすることが必要なのです。今後、子どもたちが大人になった時代では、予測不能な社会の中で、様々な「判断」が必要な場面があるでしょう。そういった時に自分で判断できる力をつけることが大切です。学校・家庭・地域で子どもたちの成長を同じ視点でサポートしていけたらと思います。よろしくお願いいたします。

2月の行事予定

【今月の生活目標】
寒さに負けずがんばろう

| 日 | 曜 | 全学年にかかわる予定 | 1年 | 2年 | 3年 | 4年 | 5年 | 6年 | 1年 | 2年 | 3年 | 4年 | 5年 | 6年 |
|----|---|------------------------------------|---------|----|-------|-------|--------|----------------|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 土 | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | 日 | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | 月 | | | | クラブ見学 | クラブ活動 | | | 4 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 4 | 火 | 国際理解集会 | | | | | | | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 5 | 水 | 持久走週間終 | | | | | | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 6 | 木 | 読書週間始 | | | | | | | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 7 | 金 | | | | | 社会科見学 | | | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 8 | 土 | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | 日 | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | 月 | あいさつ週間始 (15・16班) | | | | | | 展覧会準備 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 |
| 11 | 火 | 建国記念の日 | | | | | | | | | | | | |
| 12 | 水 | 安全指導 | | | | | | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 13 | 木 | | | | | | | | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 14 | 金 | 創立85周年記念展覧会 児童鑑賞日 | | | | | | | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 15 | 土 | あいさつ週間終 創立85周年記念展覧会 地域保護者鑑賞日 | | | | | | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 16 | 日 | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | 月 | 振替休業日 | | | | | | | | | | | | |
| 18 | 火 | | | | | | 展覧会片付け | | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 5 |
| 19 | 水 | | | | | | 音楽鑑賞教室 | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 20 | 木 | | | | | | | 社会科見学 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 21 | 金 | 読書週間終 | | | | | | キャリア教育 出前授業 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 22 | 土 | | | | | | | | | | | | | |
| 23 | 日 | 天皇誕生日 | | | | | | | | | | | | |
| 24 | 月 | 振替休日 | | | | | | | | | | | | |
| 25 | 火 | | | | | | 委員会活動 | | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 |
| 26 | 水 | | なかよし交流会 | | | | | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 27 | 木 | | | | 保護者会 | | | | 5 | 6 | 5 | 5 | 6 | 6 |
| 28 | 金 | | | | | | | | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |

2月の地域防犯パトロール当番は、2年生の保護者の皆さんです。この活動が地域の犯罪ゼロにもつながります。
自転車にパトロールプレートを付けておき、通勤やお買い物の際の「ながらパトロール」もお勧めです。

学年のお知らせ

1年

図工「ふわっふわっゴ-」

2月18日(火)から、「ふわっふわっゴ-」(教科書 P.46、47)の学習を始めます。工作に必要なスチレン容器を各ご家庭でご準備をお願いします。2月15日(土)までに1~2個ほどご用意ください。
※教科書の写真を本日(1月31日)にロイロノートで送りますので、ご参考にしてください。

生活「もうすぐ2年生」

生活科の「もうすぐ2年生」という学習の一環で、学び舎と地域の10園の幼稚園・保育園の年長児を招いて、二度交流を行います。

1回目は、展覧会に招待し、体育館で同じ時間に作品を鑑賞します。

2回目は、小学校の生活を紹介するために各クラスの授業で計画や準備をして、2月26日(水)に「なかよし交流会」を行うことを予定しています。

2年

3学期が始まって1ヵ月が過ぎました。3学期始めの書き初め会では、大きく丁寧な字で一生懸命書く姿が見られ、成長を感じることができました。

【空き箱をご用意ください】

算数「はこの形」の学習で、空き箱を使います。面の大きさを写し取り、展開図を作って組み立てる活動を行います。最大辺が20cm以内の小さめの箱を1つご用意ください。2月下旬に使用予定です。持ってくる日は学級で連絡帳にてお知らせします。

【かけ算九九 認定証】

2学期にかけ算の学習を行いました。ご家庭でも音読の宿題で、九九の聞き取りにご協力いただきありがとうございます。3年生に進級するにあたり、九九を全て暗唱できるように、引き続き指導していきます。全ての段を正確に暗唱できるようになりましたら、担任より認定証を発行します。

3年

【三角定規を準備してください】

算数科の学習で三角定規を使用します。指定のものはありません。2月15日(土)までに各ご家庭でご準備ください。(記名もお願いします。)

【地域安全マップをつくろう】

2月から総合的な学習の時間で「地域安全マップをつくろう」の学習をします。危険な場所や安全な場所等について話し合います。その後、ご自宅近くを散策し、そのような場所を確認してもらいます。助言等をよろしくお願いします。

【クラブ見学】

日時：2月3日(月) 6時間目

4年生から始まるクラブ活動に向けて、クラブ見学を実施します。6校時に見学をします。この日の下校時刻は15時10分頃になります。

4年

【社会科見学】

※詳しくはしおりをご参照ください。

日時：2月7日(金)

集合 8:20(教室)

場所：中央防波堤埋立処分場
東京タワー

持ち物：弁当 水筒 ハンカチ
ティッシュ しおり
おしぼり 筆記用具
折りたたみ傘
ビニール袋(ゴミ入れ)
酔い止め薬(バスによる人) エチケット袋

※学校でバンドナを配布します。洗濯、アイロンをして早めにご返却ください。

5年

音楽鑑賞教室

日時・場所

2月20日(火)

8時30分 学校出発

昭和女子大学 人見記念講堂

持ち物

・水筒

万が一こぼれた時の施設汚損防止のため、中身は水のみと指定されております。

・手提げ

水筒・本・傘(雨天の場合)を入れるために持っていきます。

雨天の場合

折りたたみ傘を、各自濡れないようビニール袋等に入れ、手提げに入れて自席に持ち込みます。折りたたみでない傘は講堂内への持ち込み不可となっております。傘には確実に記名をお願いします。

6年

【社会科見学】

日時・場所

国会議事堂、東京国立博物館

2月20日(木)※雨天決行

8時40分 学校出発

持ち物

リュックサック、弁当、水筒、しおり、筆記用具、ビニール袋、酔い止め(バスによる人) エチケット袋

【卒業遠足】

日時・場所

3月18日(木)※雨天中止
下高井戸おおぞら公園

※遠足は午前中に行きます。

弁当の用意は要りません。

どちらも詳しくは後日配布するしおりをご覧ください。

※学校でバンドナを配布します。洗濯、アイロンをして早めにご返却ください。

書き初め・書き初め展の報告

国語部 活田 紗友子

新年を迎え、新しい気持ちで書き初めを行いました。

書き初め行事を通して、書き初めの伝統的な意義について知り、新たな門出に希望や思いを馳せることで、日本文化への関心を高めるとともに、豊かな心情を育てることをねらいとして行いました。また、これまでの書写学習で習得した知識や技能を振り返ることができました。

1. 2年生は教室で、3～6年生は体育館で書きました。普段の学習の雰囲気とは少し違う緊張感の高まる中で、一生懸命に作品と向き合いました。書き初め展期間中は、友達の作品だけでなく、他学級、他学年の作品を相互に鑑賞し合い、それぞれの努力のあとや、よいところなどを認め合いました。

保護者の皆様、書き初め展に足を運んでいただきありがとうございました。



給食の様子

栄養士 秋山 美智子

学校給食では、『地産地消』や『食料自給率をアップする』ことの大切さを伝えています。世田谷区で採れる大蔵大根を使ったり、米の消費量が年々減少していることから、給食のパンに米粉入りのパンを取り入れたりしています。米粉入りパンは小麦粉のパンよりもっちりとした食感でとてもおいしいです。

米の多くは炭水化物ですが、米の糖質はエネルギーに効率的に変わるので、活発な活動をする子どもの成長に必要な栄養です。

丁度おいしい新米の季節になりました。給食でも新米に切り替わります。みずみずしくてふっくらとした甘みのある新米を味わってほしいと思います。

【体育用の上着について】

寒さが増してきました。体育の授業時に上着が必要な方はご用意ください。その際、安全管理の観点から以下のようなものにしてください。

- ・ファスナーやフードのない物
- ・ひもやボタンがついてない物