



柞小タイム（朝の活動）について

柞田小学校では児童が登校して、まず朝の会として出席確認や健康観察などを行った後、水曜日を除き8時10分からの15分間は「柞小タイム」と位置づけ、朝の活動を行っています。活動内容は曜日によって次のように決めています。

	月	火	水	木	金
8:10	石がき(1・2・3年)	運動(1・2・3年)		集会・学級	対話ドリル
8:25	運動(4・5・6年)	石がき(4・5・6年)			

○ 運動

1学期は、人気アニメ「鬼滅の刃」の主題歌にあわせてリズム体操に取り組んでいます。体操やダンスなどは、自分の思いどおりに体を動かす練習として最適な運動で、みんながんばっています。

○ 石がき

授業で学習した内容を定着させるために、漢字や計算のドリルなどに取り組んでいます。学びを積み上げ、実力を高めてほしいという思いから石がきと呼んでいます。

○ 学級・集会

全校集会を行ったり、学級独自の活動を行ったりする時間です。全校集会では各委員会の発表や各種の表彰などを行います。ただし、現在は3密を避けるため、校内放送で行っています。

○ 対話ドリル

児童が自分の考えや意見を学級の中で話し合ったり、発表したりすることで思考力が高まります。その基盤づくりとして、ゲーム性を取り入れた発表の練習を各学級で行っています。どの学級もこの時間はおおいに盛り上がり、児童の笑い声が響いています。どんなことをしているか、一度子どもに尋ねてみてください。



リズム体操のようす



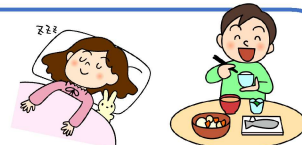
対話ドリルのようす

これらの活動を通して、学びに向かう姿勢や思考力、表現力などを育みたいと考えています。

早寝・早起き・朝ごはんの習慣の確立を。

朝の活動の効果を一層引き出すために、「早寝・早起き・朝ごはん」の望ましい生活習慣を身に付けることが大切です。

人間はいつも同じように動作する機械ではなく、昼には昼の、夜には夜の動く体のしくみがあります。体のしくみにあった生活をしないと、体温のリズムやホルモンのリズムなどが崩れて体や心をよりよく発達させることができなくなってしまいます。逆にしくみにあった生活をするにより、人間はその能力を最大限に発揮できるようになります。



○睡眠の効果

「寝る子は育つ」と言われていますが、睡眠には心身の疲労を回復させる効果のほかに、脳や体を成長させる働きがあります。

○朝の光の効果

朝の光を浴びることで、脳内ホルモンが分泌され、頭がすっきりと目覚め、集中力があがり、活動に適した体になります。

○朝食の効果

人間の体は寝ている間もエネルギーを使っている状態なので、朝起きたときは、脳も体もエネルギーが不足した状態です。朝食をよく噛んで食べることで、午前中からしっかり活動できる状態をつくるのが大切です。

お礼

7月7日(火)午後、警報発令のため、児童の引き渡しを行いました。事前に訓練をしていないままの本番でしたが、保護者の皆様のご理解とご協力のおかげで、大きな事故もなく円滑に行うことができました。ありがとうございました。