

なかすじ

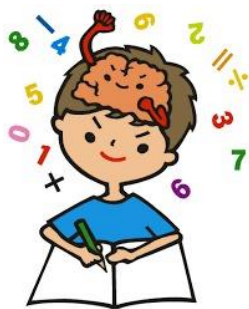
高砂市立中筋小学校
校長 佐藤登志枝



さあ はじまります！！

長かった夏休みも終わりました。もう少し長かったらなあと思う気持ちと、早く友だちに会いたかったという気持ちが入り交じっていると思います。

さあ、2学期が始まります。これから少しずつ涼しくなっていきます。じっくり学習に取り組める時間が確保されます。できないことを残さずに、その日の内に解決できるようにしていくことが大切です。また、学習したことを忘れない方法を始業式でお話しをしました。毎日のこと、自分のためですから習慣化していけたらと思います。さあ！！がんばれ。



覚えたことを忘れにくくする方法

1学期の終業式で、『人間の脳』は忘れるように作られているというお話しをしました。ですから、習ったことを忘れないために、夏休みの間は毎日こつこつ勉強しましょうということでしたが、みなさんはがんばれたかな……。だいじょうぶと思います。

では、その続きをします。『人間の脳』は体験したことや勉強したことを整理整頓して記憶として脳に書き込む仕事をします。その仕事は、寝ている間に行われます。レム睡眠（浅い眠り）の時に脳に書き込むのだそうです。気持ちよく寝ることが大事なことのようです。寝る前のゲームやスマートフォンをさわるとは刺激が強すぎて、質の良い睡眠に入りにくいようです。低学年は9時までには寝て（高学年は10時まで）質のよい睡眠を取ることが大切になります。社会環境が随分変化していますが、昔も今も、子どもたちの頭と体は、『寝る子は育つ』ですね。

ご協力 ありがとうございました



8月5日の『ふれあい夏祭り』20日の『除草作業』にたくさんの方々のご協力があり、無事終了することができました。

ほんとうにありがとうございました。



よろしくお願いします

9月1日より、木曜と金曜のみですが、新しい先生が来てくださることになりました。

入江美陽子先生 です。

主に高学年の授業に入ってくださいます。よろしくお願いします。