つ る っ 子

学校だより　12月号
令和5年11月30日発行
新宿区立鶴巻小学校
ホームページ：http://www.shinjuku.ed.jp/es-tsurumaki/

遊んで運動力と学力を向上させよう

副校長

寒暖差が体にこたえる季節になってきました。私の家の近所に公園があり、よく散歩に行くのですが、最近そこで遊ぶ子どもたちが少なくなってきたことを感じます。雑木林があるおかげで強い風が吹かず、子どもたちが外で遊ぶ場所としてはよい環境なのですが、やはり室内で遊ぶことが増えてきたようです。

さて、表題にもあるように、最近の研究では子どもの運動力と学力には相関関係があることがわかっています。適切な運動習慣を続けることで、「集中力」や「忍耐力」「前向きな思考」等が身に付き、運動力だけでなく、学力向上が図れると言われています。なぜそのような効果があるのでしょうか。

運動するとき、人は様々な体の動きをしていますが、今まで経験してきた動きを脳が記憶し、その場面に合わせてうまく組み合わせ、脳から体に指令を出すことによって、様々なスポーツに応用することができる仕組みになっています。運動神経が良いと言われる人は、この脳の指令を適切に使いこなしているのです。これを勉強に置き換えると、覚えた数式や単語、知識をその問題に合わせて脳が記憶から引き出して解くことができるのが勉強の仕組みです。「脳を使う」という点で言うと、とても近い動きになります。この働きを向上させるには、体を動かす遊びや運動が大切です。体を使って経験したことの感覚は脳に蓄積され、経験の量と比例して「動きの引き出し」が増えていきます。

脳を使って体をコントロールする遊びや運動（コオーディネーショントレーニング）をいくつか紹介します。大人も楽しめますのでぜひご家庭で試してみてください。

ポンポンじゃんけん　「ポンポンじゃんけん！」とリズムよく言いながらじゃんけんし、子どもは「後出しあいこ」を出す。徐々に「後出し勝ち」や「後出し負け」を出すようにルールを変え、レベルを上げる。

棒ジャンプ　新聞紙（段ボールでも可）を丸めて作った棒を大人が持ち、子どもの足元で左右に振り、ジャンプさせる。ジャンプの際「イチ、二」や「イチ二、イチ二」とリズムを変えて跳ばせたり、「上」と大人が指示をして子どもの頭付近で左右に振り、その時はしゃがんで避けさせるなどアレンジを加えてもよい。

ティッシュキャッチ　二人とも立った姿勢から大人がティッシュ１枚をタイミングよく手を放して自然に落とす。床に落ちる前までに子どもがキャッチできたら成功。レベルアップし、利き手ではない方でキャッチしたり、足の甲でキャッチしたりするのも可。（周囲の家具に注意してください。）

学年からのお知らせ

【１年生】学芸会の衣装のご協力ありがとうございました。本番を楽しみにしていてください。１２月は生活科「じぶんでできるよ」の学習で、お手伝い調べや体験を宿題で出します。ご協力お願いします。	【２年生】学芸会の衣装準備にご協力いただきありがとうございました。今月は学習や生活をまとめる時期です。学習を振り返りながら、クラスで楽しく過ごしていきます。
【３年生】　学芸会に向けて衣装や小道具の準備へのご協力ありがとうございます。元気いっぱいに演じ切りたいと思いますので、お楽しみにしていてください。今月はこれまでの学習を振り返るとともに、お楽しみ会なども行いクラスで楽しく過ごしていきます。冬休みには、持ち帰る学習用具の点検や補充をお願いいたします。	【4 年生】４年生になり学習面では抽象的で難しい内容が増えました。学習は日々の積み重ねですので、毎日の内容をしっかりと定着させていきたいものです。家庭学習の折には、どうぞそっと見守りつつ、つまずきなどがないかチェックしてあげてください。気持ちよく２０２３年を終えられるよう、励ましのお声掛けをお願いします。
【５年生】学芸会に向けて、準備や練習を頑張っています。ぜひ当日まで応援よろしくお願いいたします。５年生の「元気さ」「思考したセリフや動き、演出」「歌声」にご注目ください。 エコプロダクツ　12 月 7 日(木)終日 東京ビッグサイトで開催されます「エコプロ 2023」へ校外学習に行きます。費用はかかりません。お弁当の用意をお願いします。 持ち物の記名について 改めてのお願いとなりますが、持ち物への記名をお願いします。服の着脱も増え、うっかり置いて行ってしまうこともあります。服だけでなく、学習用具、水筒、ハンカチ等もご確認ください。	【６年生】能楽鑑賞教室　5 日(火)午後 矢来能楽堂(新宿区矢来町)へ日本の伝統芸能である能と狂言を鑑賞に行きます。費用はかかりません。給食を食べてから出かけます。 エコプロダクツ　7 日(木)終日 東京ビッグサイトで開催されます「エコプロ 2023」へ校外学習に行きます。費用はかかりません。お弁当の用意をお願いします。 受験書類について 受験する児童で、学校からの書類が必要な方は、願書などの必要書類を入手の上、早めに担任までご依頼ください。書類作成には、1 週間～10 日間を要します。

※今回は、別紙（A4・１枚）にもお知らせがございます。

令和５年度　　１２月 下校予定

日	曜日	学　校　行　事	児童の活動 スポーツ文化事業	1学年	2学年	3学年	4学年	5学年	6学年
1	金	学芸会（児童鑑賞日） 安全指導・点検日		5	5	6	6	6	6
2	土	学芸会（保護者鑑賞日）　５時間授業　給食あり		5	5	5	5	5	5
3	日								
4	月	振替休業日							
5	火	能楽鑑賞教室⑥ＰＭ		5	6	6	6	6	6
6	水	特別時程5時間	太鼓塾（低）	特5	特5	特5	特5	特5	特5
7	木	エコプロダクツ⑤⑥ 給食試食会	太鼓塾（高）	5	5	6	6	6	6
8	金	①～④５時間授業	委員会活動	5	5	5	5	6	6
9	土		親子卓球 親子バドミントン						
10	日								
11	月			5	5	6	6	6	6
12	火		なかよし班活動	5	6	6	6	6	6
13	水	新宿区学力定着度調査②～⑥	太鼓塾（低）	5	5	5	5	5	5
14	木	避難訓練　(起震車④)　保護者会④⑤ ④⑤５時間授業	太鼓塾（高）	5	5	6	5	5	6
15	金	新宿養護学校との交流Ⅱ⑥ＡＭ（来校）　保護者会①②		5	5	6	6	6	6
16	土		切り絵塾						
17	日								
18	月	保護者会③⑥　③⑥５時間授業		5	5	5	6	6	5
19	火			5	6	6	6	6	6
20	水	①～③４時間授業	クラブ活動	4	4	4	5◻	5◻	5◻
21	木		太鼓塾（高）	5	5	6	6	6	6
22	金	給食終　大掃除 ③～⑥５時間授業		5	5	5	5	5	5
23	土		親子卓球 親子バドミントン						
24	日								
25	月	終業式　午前授業		❹	❹	❹	❹	❹	❹
26	火	冬季休業日始							
27	水								
28	木								
29	金								
30	土								
31	日								

通常時程：　4　⇨ 13：15頃　　5　⇨ 14：30頃　　6　⇨ 15：20頃

特別時程：　特4　⇨ 13：00頃　　特5　⇨ 14：05頃　　特6　⇨ 14：55頃

クラブ活動の日：　特5◻　⇨ 14：20頃　　5◻　⇨ 14：40頃　　6◻　⇨ 15：35頃　　※クラブ活動は６０分間

給食なし：　特❹　⇨ 12：15頃　　❹　⇨ 12：30頃

主な学習予定

	１年生	２年生
国語	たぬきの糸車　手がみでしらせよう　ものの名まえ ともだちのことをしらせよう	(自分の) おもちゃの作り方をせつめいしよう かん字の広場　せかいーの話
算数	どんなけいさんになるのかな　おおきいかず	４けたの数　長いものの長さのたんい　２学期のまとめ
生活	じぶんでできるよ　ふゆをたのしもう	つたわる広がるわたしたちの生活
音楽	ようすをおもいうかべよう	ようすをおもいうかべよう
図工	うつしたかたちから	たのしくうつして
体育	走の運動遊び　多様な動きをつくる運動遊び　ボール蹴りゲーム	なわとびあそび　ボールゲーム
道徳	親切・思いやり　規則の尊重	個性伸長　自然愛護　正直誠実
学級活動	２学期を振り返って　年末年始の生活	２学期を振り返って

	3年生	4年生
国語	三年とうげ たから島のぼうけん 習字	プラタナスの木　感動を言葉に
社会	安全なくらし　火事や事故を防ぐ	東京都の特色ある地域の様子　４７都道府県
算数	□を使った式 ２学期の復習	分数　変わり方調べ
理科	電気の通り道	ものの温度と体積
音楽	いろいろな音のひびきを感じとろう	せんりつの重なりを感じ取ろう
図工	つみ木をつくろう	ようこそ夢のまちへ
体育	跳び箱運動　なわとび	ベースボール型ゲーム
道徳	感謝 希望と勇気、努力と強い意志	自然愛護　親切と思いやり　正直、誠実
総合	神田川の生き物	安心安全なわが町鶴巻山吹
学級活動	２学期を振り返って　お楽しみ会をしよう	２学期を振り返って
外国語活動	This is for you.	What do you want?

	5年生	6年生
国語	やなせたかし　あなたは、どう考える　冬の朝 書き初め	日本文化を発信しよう　伝統文化を楽しもう　書き表し方を工夫して
社会	情報を伝える人々とわたしたち　くらしと産業を変える	新しい文化と学問　明治の新しい国づくり　近代国家を目指して
算数	四角形と三角形の面積	データの調べ方　算数で読み解こう
理科	もののとけ方　ふりこの動き	土地のつくりと変化　てこのはたらき
音楽	詩と音楽の関わりを味わおう	和太鼓　詩と音楽の関わりを味わおう
図工	デコボコの絵	私ってなに？
家庭	食べて元気に　刺し子のクッション	こんだてを工夫して
体育	走り幅跳び　走り高跳び　心の健康 (保健)	ハードル走　器械運動(マット運動)
道徳	勤労、社会奉仕、公共心　国際理解、親善　家族愛	善悪の判断　公平、公正
総合	環境について考える　稲作から考える食と環境	環境を守るためにできること　共に生きる～新宿養護学校との交流～
学級活動	２学期の振り返り　係や当番活動の反省	誕生日会の計画　係や当番活動の反省
外国語	What would you like? Check your steps.	Let's think about our food.

保健室からのお知らせ

【１２月の保健目標】　　冬を健康に過ごそう

あと３週間ほどで冬休みですね。冬休みは、寒くて布団から出るのが辛かったり、クリスマスと年末年始でイベントが続いていたりと、つい生活リズムが崩れがちです。少しのんびりするのも冬休みの醍醐味ですが、冬休み明けには元気に登校できるよう、生活リズムを整えましょう。

低温やけどって何？

熱湯など熱いものに触れたときのやけどと違い、44～60℃とあまり熱くないものに長時間触れることによって起こるやけどのことです。

「温度が低いなら大丈夫」と考える人がいるかもしれませんが、そんなことはありません。温度が低いため、気付かないうちに、皮ふの深い部分まで熱が伝わり重度のやけどになってしまいます。

これを使うときは注意！

- カイロ
- 湯たんぽ
- ホットカーペット
- こたつ

ときどき姿勢や貼る場所を変えたりして、長時間同じ場所に密着させないようにしましょう。

低温やけどをしてしまったら

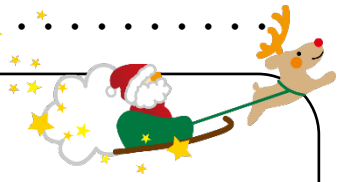
1. すぐに流水でしっかり冷やす
2. やけどに触れないようにする
3. 病院を受診する

給食室からのお知らせ

各学年の 12 月分給食費引落し額は以下の通りです。学校行事の都合により、6 年生につきましては、既にお知らせしました年間引落しスケジュールと金額が異なりますので、ご確認ください。

12 月分給食費（振替日：12 月５日）　　※下記金額の他、振替手数料 10 円がかかります。

学年	１年	２年	３年	４年	５年	６年
振替額	3,952 円	3,952 円	4,208 円	4,208 円	4,170 円	4,170 円



12 月７日（木）給食試食会実を実施します

４年ぶりに給食試食会を実施することとなりました。今年度は給食試食会を実施できていない 1～4 年生の保護者の方を対象としています。申し込みはすでに終了しており、31 名の保護者の方にご参加いただく予定です。保護者の皆様の学校給食への理解を深めていただく場としてご活用いただければ幸いです。当日は可能な範囲で、配膳の準備やアンケートへのご協力をお願いいたします。

新年に向けて

生活指導主幹　田中　満理子

Hyper-ＱＵ（学校生活意識調査）の２回目の結果をお返ししますので、ご家庭でご覧ください。学校でも結果を役立ていきます。

新宿養護学校との交流

６年担任　大関　達雄

毎年、６年生は鶴巻小学校が母体であった新宿養護学校の子どもたちと交流会をしています。例年、７月は鶴巻小の子どもたちが新宿養護学校を訪問し、１２月はお迎えをしています。今年度の７月は、感染予防対策のため残念ながらオンラインによる交流となりましたが、自己紹介や学校クイズをして楽しむことができました。

12 月の交流では、養護学校のお友達を鶴巻小に招待し、実際に会ってボッチャを楽しんだり、一緒に歌を歌ったりする予定です。交流を通して、さらに相手を思いやる豊かな心を育てていきたいです。新宿養護学校の友達と楽しい時間を過ごしたいと思います。

児童の委員会活動の紹介

各委員会の児童の委員長から

【代表委員会】学校の代表として行事を中心に活動をしています。他にも、エコキャップやテープの巻き芯を集めて寄付をしています。これからも、委員会メンバーと協力し、よりよい鶴巻小学校にできるように取り組んでいきます。

【図書委員会】各学級の本の整理や図書室での本の貸出と返却などをしています。読書旬間では、ビンゴやパズル、読み聞かせなどの楽しい活動を考えました。これからも、たくさんの人に図書室に来て、本の世界を楽しんでもらいたいです。

【集会委員会】みんなを楽しませることを目標としています。活動内容は、役割、ルール、台本などを作り集会をやることです。例えばシルエットクイズのときには、だんだん見えるように工夫しました。これからも、集会を楽しんでください。

【体育委員会】体育の授業や休み時間を楽しく安全に過ごすための仕事をしています。例えば、ボールの空気入れ、体育倉庫の整理や体育集会の準備をしています。このように、運動に関係する仕事をして学校を支えています。

【保健環境委員会】手洗い場、トイレ内の石けんの補充や交換、学校内の水質検査、バタフライゾーンの整備など、学校の環境を保つ活動を行っています。皆さんの健康を守り、快適に学校生活が送れるよう協力して頑