



永山南小だより

令和5年度 旭川市立永山南小学校 学校通信 7月号

7月21日発行

夏休みを楽しく、そして有意義に

旭川市立永山南小学校長 小 野 敦 司



早いもので明日から夏休みになります。今年度は、4月6日に82名の1年生を迎え、全校児童580名でスタートしました。73日間の1学期でしたが、運動会や遠足、宿泊研修など、いずれも天候に恵まれ、予定どおりの内容で実施することができました。1学期のご支援ありがとうございました。

さて、夏休みといえば、アサガオの水やり、ラジオ体操、虫取り網、宿題帳、かき氷、蚊取り線香、肝試しなど・・・自身の小学校時代を思い出してみると楽しかったことが次々に思い出されます。けれど、そんな中に混じって忘れられない辛い思い出が一つあります。

それは、6年生の夏休みでした。歴史が大好きだったので、自由研究として壮大な歴史年表を計画したのです。ただ、年代と出来事を書くだけではなく、その時代を代表する建物、人物、衣服、食べ物など、つまり文化のイラストを盛り込んだ、ざっと画用紙30枚くらいの大作です。25日間という限られた夏休みです。それなら、毎日1枚半くらいずつ、計画的にやればいいのに、のんきな私は、何とかやるさと思って、ぎりぎりまで手をつけませんでした。その結果、どうなったのか、ご想像の通りです。最後の3日間は、もう思い出したくないほど大変でした。うちにはネコ型ロボットはいなかったもので、一人でひたすら頑張るしかありません。友達のプールや遊びの誘いも断って、家にこもり続けました。何とか明日は登校という日の夜中に完成したときには、涙がでました。

南っ子には、こんな思いはさせたくありません。（私のように、のんきな子は、いないと思うのですが・・・）そこで、効果的といわれている学習法をご紹介します。

どちらの学習法が効果的でしょう

次の場合、どちらの学習法が効果的だと思いますか。



- (1) 1日で5時間学習する。
- (2) 5日間で5時間学習する。（1日1時間）

どちらもトータルの学習時間は同じなので、変わらないのでは、と思われるかもしれませんが、ところが、実際は、(1)の学習法（集中学習と言う）より、(2)の学習法（分散学習と言う）の方が大きく成績がアップするということです。それは、どうしてでしょうか。

同じように見える2つの学習法ですが、一点だけ大きく違うところがあります。それは、(1)は寝るのが1日であり、(2)は寝るのが5日間だということです。これは、何を意味するのでしょうか。実は、この睡眠時間が大きく影響しているのです。

最新脳科学では、睡眠とはどういうことかが分かってきています。睡眠は大きく「レム睡眠」と「ノンレム睡眠」に分かれる、ということはよく耳にします。その「レム睡眠」中に「脳は記憶の整理をしている」ことが分かってきているのです。だから、できなかった逆上がりや翌日急にできたり、昨日まで吹けなかった笛のパートが翌日急にできるようになったりすることがありますが、その正体は、脳が数日にわたってレム睡眠中に記憶を整理していることで、このようなことが起こるということです。

この睡眠のおかげで「分散学習」の方が力が付いたというわけです。だから、課題や問題集なども、3日間くらいで一息に終わらせてしまうよりも、毎日少しずつ計画的に進めた方が、身に付くといえるでしょう。ふだんの学習でも、1週間分（月～金の5日分）をまとめて5時間勉強する（土曜日に）のではなく、毎日こつこつ1時間ずつ復習する方が「学習が定着する」といえます。やはり、昔から言われていた「毎日続けること」「1つのことを継続すること」の大切さが、脳科学でも裏付けられてきたんですね。

※参考 『記憶力を強くする』池谷 裕二著（講談社ブルーバックス）

7月の南っ子の様子

全学年 水泳学習



6月下旬から暑い日が続いています。今年度は各学級3回の水泳学習を実施しています。学年や個々の段階に応じた内容で、楽しく取り組んでいます。夏休みは回数を制限して開放する予定です。

植物のお世話



理科や生活科の学習で、校舎裏の教材園に種を蒔き、植物のお世話をしています。暑期中、友達と協力して水やりや雑草抜きなど頑張ってお世話をしています。

水辺の体験活動

3年生の総合的な学習の時間「自然探検隊」の学習で、水辺の生き物の観察にいきました。きれいな川に住む魚がいたことから、石狩川の水質の良さも学び貴重な体験となりました。



社会科見学

4年生は石狩川浄水場の見学に行きました。家の水道から出る飲み水がどこからどのように来るのかをしっかりと学習することができました。



より安心・安全を目指して

南っ子がより安全に、より安心して登校することができるように、様々な方の協力も得ながら、具体的な取組を進めています。

校外では、PTAの方々による交通安全ボランティア活動や学校サポーターによる校区内の巡回、学校としては放課後の巡視などを行っています。

また、校内生活に関わって、学校いじめ防止基本方針の策定、防犯教室などの体験学習の実施、道徳の授業の充実、児童会が主体となった互いの絆を深める全校的な取組なども行っています。



防犯教室の様子

子どもたちの学習環境のサポート

プールやトイレの清掃と管理、日常の学習のサポートなど様々な形で南っ子の学習を見守り、支えてくれている方々を紹介いたします。

- ◆プール管理人 野坂 政由さん 岡崎 強さん
- ◆学習支援員 地徳 一美さん
- ◆スクールサポートスタッフ 三田 幸博さん



7月のPTA活動

ガラス拭きボランティア

たくさんの保護者の皆様のご協力の下、3日間に分散して行うことができました。普段はなかなか手の届かない窓の枠もきれいにさせていただきました。次回は9月を予定しています。



夏休み中には花壇整備のご協力をいただきます。学校の環境整備へのご協力本当にありがとうございます。

8月の行事予定

- 10日(木) 学校閉庁日
- 11日(金) 山の日
- 14日(月) 学校閉庁日
- 15日(火) 学校閉庁日 口座引き落とし日
- 21日(月) 2学期始業式(午前)
- 22日(火) 交通安全ボランティア登校時・下校時
二計測・視力検査(6年生)
読み聞かせ(4年生)
- 23日(水) 二計測・視力検査(5年生)
- 24日(木) 二計測・視力検査(3年生)
避難訓練Ⅱ
- 25日(金) ミュージカル鑑賞教室(6年生)
二計測・視力検査(4年生)
- 28日(月) 二計測・視力検査(2年生)
- 29日(火) 二計測・視力検査(1年生)
読み聞かせ(3年生)
- 30日(水) 全校集会④