

一回一回を大切に

長い夏休みが終わりました。子どもたちにとってどんな夏休みだったでしょうか。家族で旅行に出かけたり、サマーキャンプに参加したり、一時帰国で体験入学をしたりと、子どもたちは普段できない多くの貴重な経験を積むことができたのではないのでしょうか。



(テレビジャパン放映画像より)

さて、今日から補習授業校が始まりました。また、現地校もまもなく新学期を迎えます。

これから12月26日までの4ヵ月、一回一回の補習授業校の日々を大切に過ごし、日本語能力と学力を着実に身につけていただきたいと思います。

欠かせない保護者の支援

たびたび申し上げますように、補習授業校での学習は、本来設定されている標準授業時数に比べて、教える時間が半分前後（初等部：国語 44%～68%、算数 35%～51%）であり、子どもたちの学びの定着は保護者の皆さまの多大な支援が欠かせません。

子どもたちのために、学校と保護者が一緒に手をつないで頑張っていきましょう。

まずは生活のリズム！

早寝、早起き、朝ご飯



長い休みの後、学校生活を充実したものにするためには規則正しい生活習慣を取り戻すことが大切です。

規則正しい生活の基本は「早寝」「早起き」「朝ご飯」です。しかしながら、

生活環境を子ども自身で整えることは簡単ではありません。そこで、規則正しい生活のリズムを作るのは親の出番ということになります。

「早寝」

睡眠中には、脳内ホルモン(メラトニン→体温を下げて眠りを誘う)と成長ホルモン(脳、骨、筋肉の成長を促す)が、午後10時～午前2時の間に活発に分泌されます。

「早起き」

朝の光を浴びると、脳の覚醒を促すセロトニンという物質が活発に分泌され、頭がスッキリして集中力を持続することが出来ます。

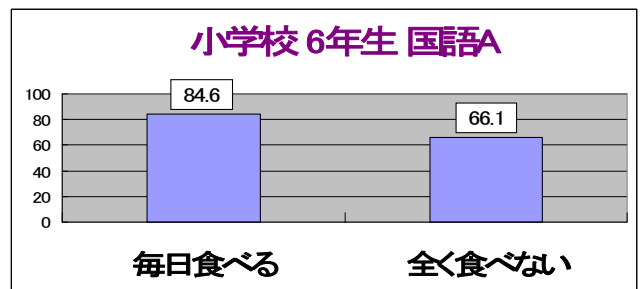
「朝ご飯」

朝ご飯をきちんと食べることで、午前中の心身の活動の源が確保されます。

朝ご飯を食べることは、子どもの学力や体力の向上にも大きな影響を及ぼします。



[朝ご飯と学力の相関表]



(H22年度文部科学省全国学力・学習状況調査より)

今後の主なスケジュール

- 8月：22日 副教材配布（初等部）
- 29日 幼児部夏祭り、「海とさかな絵画展」〆切
- 9月：5日 幼児部お団子作り、読書感想文〆切
- 12日 校内漢字確認テスト（初等部2～6年）
- 夏休み作品展
- 19日 幼児部親子遠足
- 26日 後期用教科書給与、幼児部体験教室