



北潟っ子3つの誓い

- 一つ、私たちは、わがまちに誇りを持ち、まちのためによりことをします。
- 一つ、私たちは、家族のことを思い、家族のために役立つことをします。
- 一つ、私たちは、自分がよいと思うことをねばり強くがんばります。



夏休みを前に

あと、一週間で夏休みです。今、子どもたちは夏休み前のまともに取り組んでいます。北潟小・波松小の統合で新生北潟小としてスタートして3ヶ月半、この統合で、子どもたちはそれぞれの良さをさらに発揮し、充実した学校生活を送っています。これもひとえに、ご家庭や地域の皆様のご理解やご協力があったお陰だと心より感謝申し上げます。15日の保護者会では、子どもたちの成長をお伝えできると思います。どうぞ、がんばりをほめてあげてください。また、夏休みは、ご家庭や地域での生活になります。日ごろできない体験をさせてあげてください。そして、事故やけがに気をつけて、安全で楽しい生活になりますように、子どもたちを見守り育てていただきますようよろしくお願いいたします。

北潟小学校では、ここをがんばっています

- あいさつ・・・すすんで大きな声であいさつできるように
- 基礎的な力をつける・・・授業はもちろん、朝学習や月末テストで
- 話し合う力をつける・・・授業、朝・帰りの会、集会で、話し合う場面を設定
- 体力をつける・・・授業、チャレンジタイムでのマラソンや4種競技、はびねすダンスなどで
- 自分が好き・友達が好き・・・友達のいいところ見つけ、帰りの会でのふり返りなどで

児童の活動の様子



1年 こども園交流会

前半は、書写、後半は「おおきなかぶ」の劇を見てもらいました。すっかりお兄ちゃんお姉ちゃん表情でした。



4年 理科 研究授業

「ソーラーカーを速く走らせるにはどうしたらいいか」についてみんなで考えました。鏡を使って、光を強くし、モーターの回る速さを調べています。





全校はびねすダンスの練習をしています。このダンスは、7月16日(土)の「青年の家開所式」で披露します。元気で楽しいダンスをお見せできると思います。高学年と低学年とのペアになって踊るところも、大きな見所です。



4・5年 農業体験

北潟の農家でミニトマトの定植体験をしました。おいしいトマトになれると思いながらの植えつけです。



3・4年 プール学習

めざせ25m、みんな頑張っ
て泳いでいます。



2年 国語

教室でも、集中して学習に取り組んでいます。

睡眠を考える

NPO 法人里豊夢わかさ 前田勉氏の話より

こんなことはないですか？

○朝、食欲がない ○集中して考えられない ○すぐ疲れる

○イライラする、すぐキレる ○元気がない・・・

こんな時は、睡眠が問題かも？

睡眠のキーワードは、「いつも同じ」「早寝早起き」

- ① 睡眠で一番大事なのは、就寝や起床のリズム。いつも同じリズムで。休みの前、寝る時間が遅い、土・日は、起きる時間が遅いは、だめ。
- ② お昼寝は、疲れをとるため。睡眠は、脳をつくるため(記憶を整理するため)。昼寝をするのなら、その時間に注意。(1時から3時の間で)
- ③ 寝る前の明るい光は、睡眠の質を悪くする。
- ④ 特に大人の脳になる4年生が大事。今は、問題がなくても、大人になってから睡眠の影響で出てくる病気がある。
- ⑤ サッカーの本田圭佑選手の睡眠時間「21:00~5:00」ゴルフの石川遼選手の睡眠時間「20:00~5:00」一流選手は、自分でコントロールして睡眠をとっている。

昔から「寝る子は育つ」と言ったものです。これは体が大きくなるということを行っているだけでなく、「脳の発達」「心の発達」のことを言っているのですね。お子さんの睡眠は、どうですか？夏休みを前に、寝る時間や起きる時間について、家族で話し合ってみてください。(保健だよりでも睡眠について載せてあります。)