



はまだだより

TEL 0725-21-2008
Fax 31-4033

2013(平成25年)7.19.

<http://izumiotsu-ed.jp/e-hama/hp>

発行・浜小学校長 西田 秀雄

夏休みが始まります！

いよいよ明日から夏休みが始まります。保護者の皆さまには新年度のスタート以来、本校教育活動にご理解ご協力を賜り誠にありがとうございます。

明日からの夏休み、約5週間子どもたちは家庭中心の生活を送ることになります。有意義で実りある夏休みとなるようご家庭におかれましても、子どもたちと十分に話し合っていただき、規則正しいメリハリのある生活が送れるようご協力をお願いいたします。



夏休みを上手に過ごすポイント

● 具体的な目標を決め、それをやり遂げる

例えば、「逆上がりができるようにする」や「25m、泳げるようにする」などや、「毎日、日記をつける」、「毎日、自分で起きる」など続けることを目標にするのもいいですね。夏休みは、約5週間という限られた日数なので、目標をやり遂げるには、もってこいです。できなかったことへのチャレンジも、期日があると、この日までにできるように頑張ろうという気持ちも強くなりますし、何かを続けるという目標の場合も、終わりが見えるので、頑張ろうという気持ちが強くなります。やり遂げたという達成感を感じることは子どもにとって大きな財産になるでしょう。

● 夏休み全体と毎日の計画を立てる

まず、夏休みが始まる前に、したいこと、しなければならないこと、また、それぞれをいつまでにするかを紙に書き出しましょう。そして、さかのぼって、いつから始めなければならないかを考えます。また、朝起きたら、その日1日、何をやるかの予定を立てましょう。

● 毎日、家のお手伝いをする

洗濯物を干す・洗濯物をたたむ・テーブルを拭く・お風呂を洗う、何でもかまいません。子どもは何かの役割を与えられると、責任感、積極性、自分に対する自信、持続力が育ちます。また、親に信頼されていると感じることで、親子の信頼感が高まります。

● 普段できない体験をする

公園や駅前を親子や子ども会で掃除するなどのボランティア活動や、公園を探検して、虫や草花の観察をしたり、楽しい実験にチャレンジするのもいいですね。楽しい実験をするなら、「ガリレオ工房の科学あそび」のような本を参考にするのも面白いと思います。

健康面・安全面で気をつけること

● 熱中症の予防

暑いときの運動は無理をしないこと。屋外だけでなく屋内でも注意が必要です。休憩を計画的にとり、スポーツドリンクなどで水分と塩分をこまめにとることです。

● 冷房症の予防

屋外と室内の温度差が大きすぎると自律神経が混乱し、体温を調節できなくなります。冷房の温度を下げすぎないように注意しましょう。

● 早寝早起きをし、暴飲暴食をしない

十分な睡眠と朝食をしっかりととり、朝の時間を有効に使えるように、規則正しい生活を送りましょう

通知表について

本日、1学期の学習の状況やがんばりを表した「通知表」を持って帰ります。個人懇談で話し合われた内容とも合わせて、お子さんとこの1学期の生活を振り返り、課題克服に向けての今後の前向きな頑張りを引き出すひとつの材料となるようお願いしております。

おもな行事予定

月	日	曜日	行事予定	
7月	19	金	終業式(10:30下校)	
	21	日	5年生林間学校(貝塚)	
	22	月		
	26	金	6年生林間学校(洞川)	
	27	土		
8月	1	木	支援学級宿泊交流会	
	2	金		
	5	月	泉大津ピカピカ大作戦・松之浜駅周辺(児童会)	
	29	木	始業式 11:30 下校・PTA 清掃	校内作品展
	30	金	(12:00下校)給食なし	
9月	2	月	給食開始・通常授業開始	
	5	木	大阪 880 万人防災訓練	

