



My ☆まいとれじゃあ☆ Treasure



【子どもが夢をいだく学校】

所沢市立中富小学校

第1学年学年だより 臨時号

4月8日、9日の個別登校日にご協力いただき、ありがとうございました。4月に入学式を行えなかったことは残念でしたが、子どもたちや保護者の皆様と短いながらもお話ができ、とても嬉しかったです。登校再開を予定している5月7日が待ち遠しくなりました。笑顔で会える日を楽しみにしています。

今回は先日配付した学年だよりに続き、今後の課題について連絡をさせていただきます。子どもたちと取り組んでいただき、身に付けたものを学校生活の中で役立てていきたいと思っています。また、ご家庭で少しでも学校生活のリズムを身に付けられるよう、早寝早起き朝ごはんといった、基本的な生活習慣についても改めて話をしてあげてください。ご協力をお願いします。

臨時休業中の課題について

【学習】

- ① 国語の教科書P22～24「うたにあわせてあいうえお」を音読する。
- ② 国語の教科書P129～132（最後の見開きページ）のひらがな表を、指でなぞって練習をする。
- ③ 算数の教科書①のP16～17「かずをかこう」に直接書き込み、6～10までの数字を練習する。（前回課題としたP8～9の1～5までの練習も教科書に直接書き込みをします）

※平仮名や数字は「書き順」や「始筆の位置」を確認するよう声をかけてあげてください。

- ④ 図工の教科書P9「ねんどとなかよし」を見て、粘土を丸めたり、伸ばしたりしながら、粘土遊びを楽しむ。

【学校生活中に必要なスキルを身に付ける】

- ① 服（体操着）を着る・たたむ・袋にしまう
- ② 名札を付ける・外す
※安全ピンでとめるのではなく、クリップタイプのものなどを利用して構いません
- ③ 紙（配付物）を半分に折って連絡袋に入れる練習をする

- ④ 蝶結びができるように練習する
- ⑤ そうきんを絞る
- ⑥ 机をふく
- ⑦ ご飯や汁物をよそう
- ⑧ 食事のルール（箸の持ち方）
- ⑨ 呼ばれたら返事をする練習
- ⑩ 自己紹介の練習
クラス・名前・好きなもの（こと）・「よろしくおねがいします」

【その他】

室内でできるような運動やストレッチに取り組む

寝ころぶ、起きるなどの動き

体をなるべく小さくして横に寝よう。

膝と手をついて、小さくなって転がると、体勢を変えて

ゲームをしてみよう

自分のむへそを見よう。手を上にあげて、反動をつけてみよう。

友達と両手をつなぎながら、寝転んだ人が動いたり、起きたりすること。

※中学年の例示

足と手を合わせて座り、両手で足を持ち、背中を床に接触しながら回り、起きること。

足を振り回した反動を活かして、手を引き合いながら、かけ足をかけて友達との動きに合わせて起き上げよう。

人数を増やして

ゲームをしてみよう

高さや距離、姿勢を変えて

一組転じて捕ったり、姿勢を変えたりしてみよう。

※中学年の例示

用具を投げる、捕るなどの動き

自分の鼻の上に投げるように手のひらを上に向けよう。

落ちてくる高さに合わせて捕ろう。

片足を一歩踏み出して相手が捕りやすい場所に投げよう。

ゲームをしてみよう

高さや距離、姿勢を変えて

一組転じて捕ったり、姿勢を変えたりしてみよう。

※中学年の例示

足を伸ばす反動を使って鼻の上に投げるようにしよう。

落ちてくる高さに合わせて捕ろう。

片足を一歩踏み出して相手が捕りやすい場所に投げよう。

ゲームをしてみよう

高さや距離、姿勢を変えて

一組転じて捕ったり、姿勢を変えたりしてみよう。

※中学年の例示

上に乗ったボールを両手や片手で捕ること。

手をひいてから、遠くから一瞬転じて捕る。

手をひいてから、遠くから一瞬転じて捕る。

足を伸ばす反動を使って鼻の上に投げるようにしよう。

落ちてくる高さに合わせて捕ろう。

片足を一歩踏み出して相手が捕りやすい場所に投げよう。

ゲームをしてみよう

高さや距離、姿勢を変えて

一組転じて捕ったり、姿勢を変えたりしてみよう。

※中学年の例示

ゆりかご

あごを引くと、背中を丸くしやすいね。

前転がり

頭の後ろをつけるように 背中を丸くしたまま

後ろ転がり

体を丸くして、お尻→腰→背中→肩→頭の順に、両手でマットを突き出す(押す)感じで。

丸太転がり

指先つま先を伸ばして体をまっすぐに

肩支持開立

足をしっかり伸ばします。手で腰を支えましょう。

かえるの足打ち

手は大きなパーン。肘は伸ばして。頭は、手より前に。

蟹登り逆立ち

あごを上げて、首を見ます。足を1階上げたら、手の場所は足元に近づきます。

支持での川踏み

はじめはしゃがんだ姿勢から。だんだん姿勢を高くしてみよう。