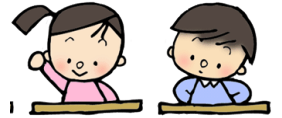




授業参観・教育講演会 ありがとうございました



6月24日(土)の授業参観・教育講演会に、たくさんお越しいただき、ありがとうございました。

4月以来、久しぶりの授業参観でしたが、いかがだったでしょうか。ピンと手を挙げる姿、前に出て説明をする姿、友達の説明を一生懸命聞こうとする姿など、がんばる子供たちの姿をたくさん見ていただけたのではないかと思います。保護者の方に見ていただくことで、子供たちのがんばる意欲に火がついたようです。ご家庭でも、子供たちのがんばりを、たくさんほめてあげてください。



教育講演会

子どもたちの睡眠について見直してみませんか
～学力、運動能力を伸ばす睡眠法～

参観終了後、呉中央学園教育講演会が体育館で行われました。

今年のテーマは「睡眠」。昨年度の学校保健委員会において、小・中学校ともに子供たちの睡眠の取り方が課題として挙げられたことから、広島国際大学の田中先生をお招きして、「睡眠」をテーマに講演をしていただきました。

人間は、寝ている間に記憶が整理され、定着することから、長期的に睡眠不足が続くと、脳の活動が望ましくない方向へと導かれ、結果的に学力や運動能力が伸びなくなるそうです。また、寝ていないときは、前頭葉が働きにくいいため、いらいらしたり、相手のことを考えた行動がとれなかったりする場合もあるそうです。睡眠をしっかり取るための生活習慣は ①9時までになる ②9時間以上の睡眠 ③毎朝朝ごはん の3つです。全部をクリアするのは難しくても、子供たちに自分で一つを決めさせて実行させる、ご家庭でそれをサポートすることが大切というお話もありました。9月の懇談会で詳しい内容をお知らせしますので、ご家庭でもぜひご活用ください。

市P連ソフトバレーボール大会

25日(日)に、市P連ソフトバレーボール大会がオークアリーナで行われました。

呉中央小からはシリウス・ジュエルの2チームが参加しました。2チームとも惜しくも予選リーグで敗退しましたが、バレーボールのこと、子供たちのこと、いろいろなお話をするのができ、親睦を深める貴重な大会となりました。どちらのチームもチームワークが最高でした！けがなく、無事に大会が終えられてよかったです。

出場された選手の皆さん、お世話をしてくださった保体部の役員のみなさん、どうもありがとうございました。

