

10月 たかた

コミュニティ・スクール高田
校長 近藤 義徳
令和3年10月15日

社会科「農家の仕事(谷口ぶどう園)」

3年生の社会科の「農家の仕事」の学習において、舍利蔵でぶどう園を営んでおられる谷口さんにご協力いただきました。

谷口さんが栽培されたぶどうを試食すると、子どもたちは、『どのように育てたらこんなに甘くておいしいぶどうになるのか』と問いをもちました。



この問いを解決するために谷口ぶどう園を見学させていただき、おいしさの秘密(ぶどうづくりの苦労や工夫)について説明していただきました。また、病害虫からぶどうを守るためにかけている袋や接ぎ木をしている根本など、タブレット端末を使って写真を撮らせていただきました。

今後、タブレット端末で撮った写真や谷口さんに説明していただいたおいしさの秘密などをアプリで共有し、学習を深めます。さらに、おいしいぶどうをPRするチラシを作成し、同園に掲示していただく予定です。



「早寝・早起き」の大切さ

ヒトも含めて地球上に暮らすほぼ全ての生物は、体内時計と呼ばれる時間や季節などを知るメカニズムを持っており、このメカニズムは、地球上で生物が生きていく上でとても重要であると言われています。ヒトの体内時計には、日中は活動して夜は眠るといった昼行性の動物の行動パターンを取る前提で、身体の様々な働き(睡眠リズムやホルモン分泌、体温調節のコントロールなど)がプログラミングされている。そのため、本来寝ているべき深夜の時間に活動することによって睡眠の問題が生じ、それに伴う心身の不調等の問題が発生すると言われています。

子どもの心身の健全な発達や健康の保持増進のためには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活をするのが重要です。これらの生活習慣全般に関して適切な指導を家庭と学校が連携して行うことが大切です。

「早寝・早起きの大切さ」を、次のように低学年・中学年・高学年の発達段階に応じ、系統的に指導しました。その際、単に知識を教えるのみではなく、規則正しい生活習慣を子どもが自律的に身につけることができるように努めています。(「朝ごはんの大切さ」については5月に指導しました。)



○病気になりにくくしたり疲れをとったりするなどの役割を果たす成長ホルモンは、午後10時から午前2時までに分泌される。寝て1時間後にできるので午後9時までに寝ることが大切。[低学年]

○朝の光を浴びると、気持ちを安定させたりストレスを和らげたりするセロトニンが分泌される。そして、14~15時間後に免疫を強くする作用などがあるメラトニンが分泌されるため、生活リズムを整えることが大切。[中学年]

○無意識のうちに、活発な活動を促したり緊張を緩めてくつろがせたりと体の機能をうまくコントロールする自律神経と成長ホルモン、セロトニン、メラトニンがうまく作用し合うように規則正しい生活をするのが大切。[高学年]

10月、11月 主な行事予定

10/11	オンライン英会話5年①6年②	11/1	秋の遠足・スキー教室、学校安全の日
10/14	飯塚市教育委員会学校訪問	11/8	オンライン英会話5年①6年②
10/19	6年修学旅行(～20日)	11/12	体育発表会②下学年③上学年④太鼓 2分の1成人式⑤
10/20	学校安全の日	11/15	オンライン英会話5年①6年②
10/25	いじめアンケート	11/19	学校安全の日
10/26	クラブ活動⑥	11/22	いじめアンケート
10/27	5年見学旅	11/26	新1年生保護者説明会
10/28	稲刈り(予定)		

10/31
廃品回収

新型コロナウイルス感染症に伴う緊急事態宣言やまん延防止等重点措置等が適用された場合、予定していた行事の内容変更、中止または延期します。ご理解の程、よろしくお願いいたします