

# 輝～かがやき～

笑顔  
チャレンジ  
思いやり

## 新6年生のみなさんへ

学校では新学年がスムーズにスタートできるよう準備を進めていますが、ご家庭におかれましても学校生活が気持ち良く始められるように、生活リズムを整えていきたいと思えます。前回お渡しした課題を再確認していただき課題が終わったお子さんには下記の課題を参考に取り組みせていただければと思います。なお課題は新学期に提出する必要はありませんが、ご家庭で取組の様子をご確認ください。

### 国語

- 5年生教科書下 P239～P255  
「言葉の世界」(宮澤賢治&森林のおくりもの)を読みましよう。

### 算数

- 5年生教科書下P114～116  
「5年のふくしゅう」を解きましよう。
- 5年生教科書下P117～P120  
「算数おもしろ旅行」にチャレンジしよう。

### 体育

- ストレッチ、散歩やジョギング  
体育の授業に備えて、体をほぐしておきましよう。

### その他

- 次のことを考えておきましよう。
- 自己紹介カードに書くこと
  - 作りたいクラスの係
  - 何委員会に入りたいか(第3希望まで)
  - 新しい担任の先生にお話したい休校中の出来事(3つまで)
  - 新しい担任の先生に紹介したい自分のアピールポイント(3つぐらい)

\*インターネットサイト「NHK for school」にある「おうちで学ぼう」では、小学生向けの学習動画が公開されています。理科や社会はそちらをご活用ください。(本校HPからアクセスできます。)

### 間もなく学校が始まります!生活リズムを整えましよう!

- ①早寝 小学生には約10時間の睡眠が必要です。早めに布団に入り十分な睡眠をとります。  
※小児期に必要な睡眠時間(7歳:10時間30分 9歳:10時間 11歳:9時間30分)
- ②早起き 1時間目が始まる1時間前には起きます。登校前には必ずトイレに行く習慣をつけます。
- ③朝ご飯 朝ご飯を食べないと栄養が不十分になり、午前中の脳や体も活発に動けません。好き嫌いせず、栄養バランスの良い朝食を食べます。

※毎朝、登校前に必ずご家庭での検温をよろしくお願ひします。

発熱やかぜの症状がある場合は、自宅で休養し無理のない登校をお願ひします。