

# さくら教室

台東区立谷中小学校グループ  
(谷中小・忍岡小・黒門小・根岸小)  
さくら教室発行  
令和7年冬休み号  
谷中小学校ホームページ➡



2学期も様々な行事を通して、子供たちは達成感や満足感を味わいながら、大きく成長しました。また、行事を経験するとともに、日常の生活や学習の積み重ねのなかでも着実な成長を感じました。

そして、早いもので年の暮れの12月になります。冬休みへと生活が切り替わるこの時期は、寒さも増し、大人も子供も体調を崩しやすくなります。冬休みは心身をリフレッシュさせ、充実した時間を過ごせるようにしていきたいです。



## 冬休みの過ごし方 ～生活リズムを整えておきましょう～

充実した冬休みを過ごすために、今回は3つのポイントをご紹介します。

### 冬休みの過ごし方3つのポイント

#### ① なるべく規則正しい生活をする

クリスマスやお正月、帰省など非日常的なイベントがあると、生活サイクルが乱れやすくなります。乱れた生活習慣を戻すことは大変なので、なるべく規則正しい生活を心がけさせましょう。

#### ② 計画性のある冬休みにする

長い休みは学習の遅れを取り戻す良い機会ですが、イベントの多い冬休みは、あっという間に過ぎていきます。冬休みに入る前に勉強やイベントのスケジュールを立て、計画的に進めましょう。

#### ③ 遊びと勉強のメリハリをつける

勉強と遊びのメリハリをつけましょう。冬休みに入る前に親子でイベントと家庭学習の計画表を作るなど、スケジュールを整理しておきましょう。これによって、冬休みへの期待が高まるだけでなく、楽しみに向けて勉強を頑張るよう子供に促すことができます。

## 今後の予定とお願い

### 【指導期間】

2学期巡回指導終了 12月19日(金)

3学期巡回指導開始 1月13日(火)

\*指導日数の関係により、指導開始日が異なることもあります。



### 【さくら教室通室児童保護者様へ 連絡帳についてのお願い】

日頃から、さくら教室の指導にご協力ありがとうございます。さくら教室では、学習内容や学習中の様子を連絡帳にてお知らせしております。連絡帳は2か月に一度のペースで児童を通してお渡ししております。連絡帳は、お読みいただき押印をして、通室日に児童に持たせてください。また、家での様子や頑張っていることなどコメントもいただけるとありがたいです。よろしくお願いいたします。

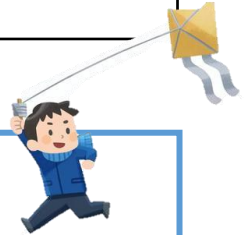
※裏面も御覧下さい。

## お正月にする遊びの紹介

せっかくの年末年始の休み!お家でゲームやスマホといった手軽な遊び方もいいですが、季節感のある伝統的なお正月遊びをすることで普段とは違った、そんな新鮮な体験をしてみるのもよいと思います。また、お正月遊びには、子供たちの発達や成長につながる要素が沢山あります。

### 凧あげ

凧を揚げるコツの 1 つとして、長い間走り続ける必要があります。そのため、相当な運動量により、子供の体力向上に繋がります。さらに、凧をうまく揚げるためには、風をうまく掴むための「創意工夫する力」や凧系を出し引きする「調整能力」も鍛えることが期待できます。

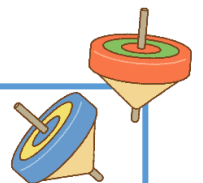


### 羽根つき

「羽根つき」は、羽子板を持った二人が向かい合い、互いに羽根を打ち合う「追い羽根」と、一人で落とさずに何回続けられるかを競う「揚げ羽根」があります。「羽根つき」には、自分と羽根との距離感を把握する「定位能力」、手足の動きと用具などを視覚と連携させて使いこなす「識別能力」を育てることが期待できます。

### こま回し

こま回しをする際は、指先と手首をうまく使い、紐を巻きます。そして肩、肘、手首、腰、足と全身を同時に動かし投げる必要があります。この一連の流れをおこなう際に、手首や指先を細かく使う「微細運動」や目から入ってきた情報と身体の動きを連動させる「目と手の協調性」、また肩から足まで体全体を使って投げることで「バランス感覚」を育てることが期待できます。



### かるた

「かるた」は、言葉の勉強になるのでおすすめの正月遊びです。札を「目で探し、狙いを定め、取れた」という達成感から、もっと勝てるようになりたい、読めるようになりたいとの学習意欲の向上にもつながります。「見る力」はもちろん、「聞く力」の発達も期待できます。加えて、数人でおこなう遊びなので、協調性や社会性、コミュニケーション力などの向上にもつながる遊びと言えます。