

学校だより

2022.6.30

第4号

志こころざし



考えたことや学んだことを相手に伝える！

6月24日（金）に文化委員会主催の「ビブリオバトル大会」が開催されました。ビブリオバトルとは、何でしょうか。調べてみますと、次のように書かれていました。「『ビブリオ』は書物などを意味するラテン語由来の言葉です。『ビブリオバトル』とは、立命館大学情報理工学部の谷口忠大教授が考案した、ゲーム感覚を取り入れた新しいスタイルの『書評合戦』です。ビブリオバトラー（発表者）たちがおすすめ本を持ち合い、1人5分の持ち時間で書評した後、バトラーと観客が一番読みたくなった本「チャンプ本」を決定します。」（全国大学ビブリオバトル2020HPより）

大会当日24日は、小浜市の最高気温35.3℃を記録した猛暑日で、急ぎ「オンライン開催」になりました。実際に相手の見えない「オンライン」という形でしたが、カメラに向かって自分の紹介したい本について述べる姿は恰好良かったです。今回のビブリオバトラーは、低学年2名、高学年4名（当日1名欠席）でした。この子ども達の素晴らしいところは、

- ・チャレンジする心
- ・ビブリオバトルの志「この本を紹介したい」をもっていること

書評としては、最高でも1分ぐらいで5分の持ち時間を語り尽くせたとはいえません。また、「この本のこういうところが読んで欲しいところ」との想いが伝わったかということ、十分ではなかったかもしれません。「伝える力」については、今後、授業の中でも鍛えていきます。

今年度のスクールプランの具体的な方策の中に「考えたことや学んだことを、相手を意識して伝えることができる。」と記載されています。今回の「ビブリオバトル」は、まさしくこの言葉をそのまま引用できる取組と言ってよいでしょう。前年度が、体育館で聴衆を前に語ったのとは違い、画面越しでの語り（相手を意識してが難しかったかもしれません。）となってしまったのは残念でした。相手の反応が直接確かめられなかったリスクはあったにせよ、今回の取組に挑戦してくれた5名の勇敢な子ども達に大きな拍手をお願いします。

お知らせ

今月号から毎回お届けしていた「今月の予定」を掲載いたしません。お仕事の都合で予定を早く知りたいとお声があり、HPに「カレンダー」を掲載しています。そちらでご確認ください。



今回のビブリオバトラーと紹介した本

内外海小HP



↑それぞれ自分のおすすめの本を紹介しています。前にはカメラが設置してあります。今回の投票は端末を使いました。集計もです！

2年生：投票中です！

「ぐっすり寝ると いいこといっぱい」

講師：日本眠育推進協議会理事 氏

6月25日(土)PTA教育講演会を開催しました。今年度も昨年度に引き続き、眠育の第一人者である先生をお招きして話を伺いました。時間の関係で質問時間が確保できなかったこと誠に申し訳なく思っております。

さて、今回の話を聞かれて、皆さまはどのようなことにお感じになったでしょうか。「睡眠」の大切さは昨年度に引き続き十分に理解されていると思います。小学生は朝起きてから14～15時間後にメラトニンが

分泌され眠くなります。つまり、朝6時に起床している子どもは、午後8時～9時には自然と眠くなるのです。この生体リズム（自然に寝て自然に起きる）を見つけ確立していくことの大切さをお話いただきました。また、寝る前2時間前に済ませたいこととして、「夕食」「入浴」があげられました。してはいけないこととして「明るい光に当たらない（スマホを見るなど）」「汗をかく運動をしない」があげられました。日本は世界の中でも、非常に睡眠時間が短いです。それだけ、「睡眠」を軽視していたと思います。先生のお話の中でも紹介されましたが、現在、メジャーリーグで活躍しているエンゼルスの大谷翔平選手は、しっかりと睡眠時間を確保することで有名です。しっかりと睡眠を取ることで、あれだけのパフォーマンスができるのです。

子ども達にも同じことが言えると感じています。午前中各教室を回っていると、眠そうにしている子を見かけることがあります。話を聞いてみると、やはり就寝時刻が10時を過ぎています。11時という子もいて驚くこともあります。運動や勉強（子ども達にとってのパフォーマンス）が、しっかりとできるように、ご家庭でも就寝時刻について見直していただけると幸いです。あと3週間で夏休み入ります。この機会に、ぜひお子さんと下記のように就寝時刻について話し合ってください。

☆入眠時刻を ①自分で考え ②自分で決め ③自分で守る