



鉛筆の持ち方と学力・体力

副校長 岡部 慎

先日、1月17日（水）に教育委員の方による学校訪問がありました。2校時に各学級の授業の様子を参観した後、3校時に意見交換をしました。その意見交換の中で、ある教育委員の方が「もう少し鉛筆の持ち方がよくなればいいですね。」と話されていました。鉛筆を持つ側の手首が体の方に巻き込んでしまい、目が近くなったり、猫背になったりして姿勢が悪くなっている場面を見たそうです。そこから、鉛筆の持ち方と学力・体力には関連があるという話題になりました。とても興味深かったので、私も自身でいろいろと調べてみました。

鉛筆を正しく持つと、以下のような効果があるそうです。

- ・手や腕、首、肩等が疲れず、学習効率が高まる。
- ・目が疲れにくく、視力への悪影響が軽減される。
- ・手には末梢神経が集中しており、正しく刺激されることにより脳が活性化される。
- ・鉛筆の可動域が広がり、筆圧も安定し筆勢のある文字を正確に書ける。
- ・曲線、はね、はらい、とめがスムーズにコントロールできる。

担任時代のことを思い返してみると、一概には言えませんが、確かに字形が整っている子は学力が高かったような気もしてきました。また、東大生の8割が鉛筆を正しく持つことができているというデータもあるそうで、鉛筆の持ち方と学力には関連がありそうだなと感じました。

また、鉛筆を正しく持つことで姿勢が安定します。正しい姿勢で学習することは体幹にいい影響を与えるそうです。体幹が鍛えられると、様々な運動場面でこれまで以上にパフォーマンスを発揮することができ、体力向上にもつながります。

小学校では、入学して1年生の時に、鉛筆の持ち方や正しい姿勢を教えます。最初は教わったとおりにできるのですが、時間がたつ中で少しずつ形が崩れているかもしれません。学校でも鉛筆の持ち方や正しい姿勢については指導していきますが、ご家庭でも家庭学習の際などにお子さんが鉛筆を正しく持っているか、いい姿勢で取り組んでいるかを見て、話題にしていただけると幸いです。

2月の目標

- 生活目標：「整理せいとんをしっかりしよう」
- 保健目標：「心の健康について考えよう」
- 給食目標：「楽しい会食を工夫しよう」



2月の行事予定



		授 業 時 数						学 校 行 事 等
日	曜	1年	2年	3年	4年	5年	6年	
1	木	5	5	6	6	6	6	先生読み聞かせ 食育(6) 2020カゴシーソフトボール(3)
2	金	5	5	6	6	6	6	集会 校内書初展(終)
3	土							科学センター閉校式
4	日							
5	月	5	5	5	6	6	6	朝会 いじめ0 委員会⑩(4年見学)
6	火	5	5	6	6	6	6	放課後補習教室
7	水	4	4	4	4	4	4	4時間授業 放課後学習教室(5) あしっこ(最終)
8	木	5	5	6	6	6	6	集会 幼保小交流(5) 巡回心理士
9	金	5	5	6	6	6	6	安否状況の確認テストメール配信
10	土							
11	日							建国記念の日
12	月							振替休日
13	火	5	5	6	6	6	6	にこジャン始 放課後補習教室
14	水	5	5	5	5	5	5	放課後学習教室(5)
15	木	5	5	6	6	6	6	
16	金	5	5	6	6	6	6	たてわり遊び
17	土							
18	日							
19	月	5	5	5	6	6	6	朝会 クラブ⑫(最終回)
20	火	4	4	6	6	6	6	新1年生保護者会 放課後補習教室
21	水	5	5	5	5	5	6	小中連携:五中授業体験(6) 幼保小交流(5) 放課後学習教室(5)
22	木	5	5	6	6	6	6	集会(和太鼓)
23	金							天皇誕生日
24	土							
25	日							
26	月	5	5	5	5	5	5	朝会 授業参観/保護者会(5・6)
27	火	5	5	5	5	6	6	授業参観/保護者会(3・4) 立川市民科公開講座(3)
28	水	5	5	5	5	5	5	マラソン大会(5・6)
29	木	5	5	6	6	6	6	集会 にこジャン終 授業参観/保護者会(1・2)

※2月の避難訓練は予告なしで実施します。

【大震災を想定した安否確認訓練について】

今年、元日に北陸を中心に能登半島地震が発生しました。現地では児童・生徒の安否確認がなかなか進まないという状況がありました。東京や関東地方でもいつ大きな地震が発生するか分かりません。そこで、本校では「さくら連絡網」を活用した安否状況の確認訓練を2月9日(金)の17時に予定しています。詳細は配信の際にお知らせします。初めての試みで上手くいかない点もあるかと思いますが、どうぞよろしくお願ひします。

