



# ひまわり

12月号  
宇都宮市立東小学校  
ひまわり学級  
令和6年11月29日

いよいよ12月になります。例年よりも暖かく、校庭の木々の葉がまだ残っています。2024年も残り1か月、学校生活を振り返り、学習のまとめをしっかりと行っていけるよう、努めてまいります。また、健康に過ごせますよう、早寝早起きや衣服の調節、うがい手洗いの励行などについて、ご家庭でも声を掛けていただきますようよろしくお願いいたします。



## 12月の予定

12月7日は、全市一斉土曜授業です

2校時 百人一首大会  
(9:20~10:20)

3~6年 体育館

2年 図工室

1年 理科室

・下校(11:00)後、東校フェスタ  
※ ランドセルではなく、リュックで。



## 認知力の向上をめざして

認知の歪みはネガティブな感情を生み、不適切な行動をもたらします。物事の認知が合理的・現実的になることによって、良好な感情が生じ、適応行動への転換が図られるのです。

身近な例を挙げると、「100点でないという意味がない。」「間違っるのは嫌だ。二度とやりたくない!」という考え方はとてもネガティブな考え方です。

「間違ってもいい。失敗を重ねながら、練習していけば、わかるようになる。」と励ましています。

「はじめからできるわけではない。」「どうしたらうまくできるか?」「自分はこうしたらできるようになった。」「がんばってみよう」「わかると楽しい。」などポジティブな考え方ができるよう、支援していきたいと思ひます。

日	曜	予 定
1	日	創立記念日
3	火	宇大生 VT 5 名来校
4	水	キッズタイム (大なわ)
6	金	お弁当の日
7	土	全市一斉土曜授業 百人一首大会 東校フェスタ
10	火	演劇鑑賞教室 3・4校時 宇大生 VT 5 名来校
11	水	学習内容定着度調査
12	木	クラブ
16	月	朝会 (表彰) 教育相談
17	火	宇大生 VT 5 来校, 教育相談 学校園特別支援学級交流会
18	水	教育相談
19	木	教育相談 クラブ
20	金	教育相談
25	月	B 日課 5 時間 冬休み前朝会 冬季休業 ~ 1 / 7 (火) まで