



ほげんだより

国神小保健室発行
No.15 令和6年2月22日

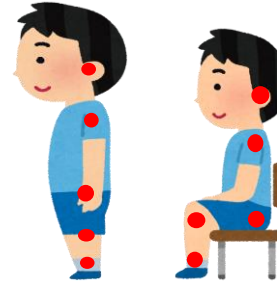
正しい姿勢!できていますか?

2月15日に、柔道整復師の飯野さんを講師にお招きし、「正しい姿勢」について1・2年生が学習をしました。



正しい立つ姿勢とすわった姿勢

5つの赤い点が直線になる。



太もものつけねで座る
ひざ・足首が90度
足の裏が床に着く・あしを引く

正しい姿勢を続けるためには…

- ①筋トレ ②ストレッチ ③バランス感覚

みんなでチャレンジ! バランス感覚をよくしよう!



理科室の骨格模型と先生の体を使って、正しい姿勢のポイントとからだの仕組みをていねいに教えていただきました。



目を閉じて片足立ち



バランスディスクを使って



平均台のかわりに、線の上で蛇ジャンケン

学校ではこんな学習もしています! ～性に関する指導～

3年生



おなかの中でもおしっこするの?

2年生

かわいいでしょ♡

大きなおなか! ねるだけでも大変



学年	学習内容
1	[学活]男女の体の違い 自他の生命を大切にする 性被害を防ぐ
2	[生活科]自分が誕生した時や小さい頃の様子を家族から聞くなどして、自分の成長を確かめる。 [学活]母親の胎内でへそのおを通じて栄養をもらっていたこと、生命誕生が周囲の人々に大きな喜びを与えることに気づく。
3	[学活]人間の命は遠い祖先から受け継いできたことに気づく。命の始まりは、両親のもっている命のもとから一つの受精卵が誕生することを知る。
4	[保健]年齢に伴う体の発育・発達 体の変化の個人差について (体の名称は子宮・卵巣・精巣) ・初経、精通について理解する。 [女子のみ]体の変化にあった下着の選び方
5	[理科]植物、動物はどのように生命をつないでいるのか。胎児の成長の様子を学ぶ。(扱う言葉は卵子・精子・受精・受精卵・子宮) [女子のみ]月経の手当ての方法と生活の仕方
6	[学活]LGBTQ: 性には多様性があること、男女のイメージを勝手にきめつけないなど、性のあり方について考える。