

特別支援教室「ひばり」

令和7年 7月吉日 No.4

拠点校 府中市立武蔵台小学校

巡回校：府中第七小学校、本宿小学校

拠点校校長 山中 慈子

「ひばり」直通電話番号 090-8344-7684

蒸し暑さにも負けず、子供たちは楽しくひばりに通室しております。

ひばりは、7月10日（木）に1学期の指導が終わります。1学期「ひばり」の指導にご理解ご協力をいただき、本当にありがとうございました。2学期に成長した子供たちに会えることを楽しみにしています。

☆7月の学習予定



| | |
|--------------|--|
| 個別指導（全学年） | 実態に応じた課題 日常生活の様子を話す・書く めあての確認・振り返り |
| 小集団指導（低・中学年） | 協力神経衰弱、ハートぴったりカタログ など |
| 小集団指導（中・高学年） | ラッキーコインゲーム、ひばりすごろく など |

今後の予定

7月10日（木）1学期指導終了

7月14日（月）～17日（木）個人面談（武蔵台小学校にて）

7月11日（金）10:15～11:45 ひばり学習会（武蔵台小学校にて）

※当日の参加もできます。

9月 5日（金）2学期指導開始

※指導曜日によって終了・開始日は異なります。

夏休みは運動不足になりがち…というおうちへ

ぜひ、お子様と一緒に体幹トレーニングをしてみてください。大人でも大変です。
無理のない秒数から始め、少しずつのばししていくのがお勧めです。

だるま



手は胸、足は交差にして仰向けになり、頭と膝を近づけるようにする。（腹筋）

ひこうき



手は、90度、足は伸ばして腹ばいになり、背中をそらす。（腕、背中）

手足ピン



四つばいになる。右手、左足をピンと伸ばす。
反対も（腰、肩、腕、足）

さかみち



膝を立てて、仰向けに寝る。おしりを上げて、お腹に坂道をつくる。（おしり、足）

一本坂



さかみちの体勢になり、片足を伸ばす。
立てた足と同じ角度にする。（腰から足）