

高取小だより

令和7年7月4日



# 三本桜

第14号

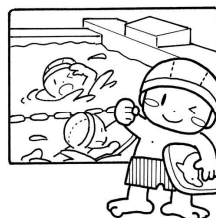
ふかく考える子      あたたかみのある子      がんばりのきく子  
7月の目標：規則正しい生活をしよう

## チャレンジ夏休み

夏休みを意識する時期となりました。子どもたちにとって、まとまった時間がとれる夏休みはとても魅力的な時間です。有意義な過ごし方ができれば、人間として大きく成長することにつながります。とは言うものの、大きな負担となっているものが大量の宿題でしょう。自由研究、工作、ポスター、作文・・・のことが気になり、少し憂鬱になるという子どもも少なからずいます。

本年度も宿題の内容を見直しました。多くの宿題を精選するとともに、以前は工作展のようになっていた自由研究を「チャレンジ夏休み」とし、子どもたちが意地になって、ムキになって、追究の鬼と化するものを子どもたち自身が設定します。どんなテーマを選ぶかは、子どもたちに委ねます。〇〇の調査・研究・観察、□□への挑戦、△△の継続、◇◇探索、プログラミング、英会話、暗算、クイズ・謎解き作成、小説・絵本・写真集・▽▽解説本づくり、作詞・作曲、ヨガ・座禅、料理・・・。夏休みまで3週間、保護者の皆様もお子さんと一緒に考えていただけるとありがたいです。

また、ご家庭の学習環境を整えていただくようお願いいたします。学習環境を整えると言っても立派な学習机を用意するなどということではありません。「一緒に取り組む」環境です。スポーツにコーチがついているように、学習にも伴走者が必要です。ですから、勉強する場所は保護者の皆様の目が届く状態にして、実際に教えるだけでなく、ときにはタイムキーパーになったり、相談、助言者となったり、子どもたちのよき伴走者となっただくことをお願いします。忙しくてそんな時間はないという方は、保護者の皆様の勉強や作業の時間にあててくださってかまいません。本を読む時間でもよいですし、パソコンで仕事をしたり、お子さんの取り組みを記録したりでもよいと思います。とにかく一緒に取り組むという環境が大切です。よろしくお願いします。



## 自己管理能力

自己管理能力とは、言葉のとおり自分自身を管理する能力のことで、具体的には自分自身の行動を管理する「行動管理」や、時間の使い方を管理する「時間管理」、感情を自分でコントロールする「感情管理」があります。

そこで、それぞれについて、簡単な内容と実践例を紹介します。

まず、「行動管理」とは、「習慣化すること」「自己コントロールすること」「やるべきことを継続すること」です。例えば「勉強を継続していきたいと考えるのなら、「毎日、5分だけ勉強をする習慣をつける」などといった方法があります。

次に、「時間管理」は、「計画を立てること」「優先順位をつけること」「時間を守ること」など時間の使い方のことです。うまく時間管理ができれば、宿題・趣味・遊び・休息など、バランスよくこなしていくことができるようになります。実践例としては「スマホを見る時間を1日〇分までと決める」「翌日の予定を前日のうちにチェックする習慣をつける」などがあります。

最後の感情管理は、「気持ちを整理すること」「冷静に対処すること」「前向きに考えること」などのことです。イライラや不安に流されないことが大事です。例としては、アンガーマネジメントなどが挙げられます。

目標を達成するためには、いつどこで何をするのかを決めて実行していかなければならないし、誘惑に惑わされないようにしなければなりません。もうすぐ夏休みが始まります。すべての子どもたちにとって、この夏休みがすばらしいものになることを望みます。

保護者の皆様からすると、お子さんの自己管理能力のどの部分を褒めることができるのか、伸ばしていかないといけないか、といった視点になるのではないのでしょうか。要所要所でアドバイスをすることが必要です。

学校においても同様の視点で子どもたちを指導していますので、学校ができることと保護者ができることそれぞれが協働できればと考えます。ぜひ、連携と協力をお願いします。

## 本音シグナル

ドラえもののひみつ道具に本音シグナルというものがあります。これは、薄い正方形の信号灯です。これを体に貼り付けられた人は、心情の状態を信号灯が青・黄・赤の3色のどれかで示すことになります。相手の意見に同意しようと思っているときは青色に点灯します。相手の意見に対して拒否しようとしたり、嘘をついたりしようとするときは赤色に点灯します。気持ちが揺らいでいるときは黄色に点灯します。



もし、こんな道具が実現すれば子どもたちの中で対人トラブルが激減するのではないかと思います。しかし、そんな道具は今のところできそうにありません。できたとしても使うべきではないと考えます。

お互いの理解を早めてくれて、トラブルなど一切なくなることはないでしょう。何よりも、他人の表情を自分自身の目で見て、相手は何を考えているのか、どんな思いで自分と向き合っているのかを判断することが大切であり、人間らしいと思うのです。

思いやりがある子に育っていくには、「他人と衝突」する経験があって、「自分」と「他者」の思いが違うことを学び、葛藤しながら自分なりに折り合いを付けながら解決する経験が必要だと考えます。そんなときに、あたたかく子どもに寄り添ってあげられる大人でありたいです。