



～絆を深めて Keep Smile～

第43号 令和2年7月27日（月）

特集：再会の喜び！～大好きな先生、おかえりなさい～



5年生の担任の佐伯先生がお休みしました。そこで、子ども達は先生に喜んでもらうと、黒板にメッセージを書いたり、画用紙にメッセージを書いたりしました。

朝のあいさつの時間。先生のところまで聞こえるように、元気よくあいさつをする姿がとても可愛らしかったです。

大好きな担任の先生が早く戻ってきてくれますように！子ども達の優しさが伝わってきます。金曜日も、1日協力しながら頑張る姿が印象的でした。



一方、6年生の社会科では、以前お世話になった出水先生がもう一度教えて下さることになりました。



もちろん、子ども達は大喜び状態でした。大好きな先生と、触れ合いたいのですが、触れられないもどかしさ。そんな子ども達がとても印象的でした。





個人懇談会、ありがとうございました。



暑い中、個人懇談会のために学校まで来てくださりありがとうございました。短い時間ではございましたが、有意義な時間を過ごすことができ、担任一同感謝申し上げます。

以下に、保護者の方から多く聞かれた感想、ご意見などをお知らせします。

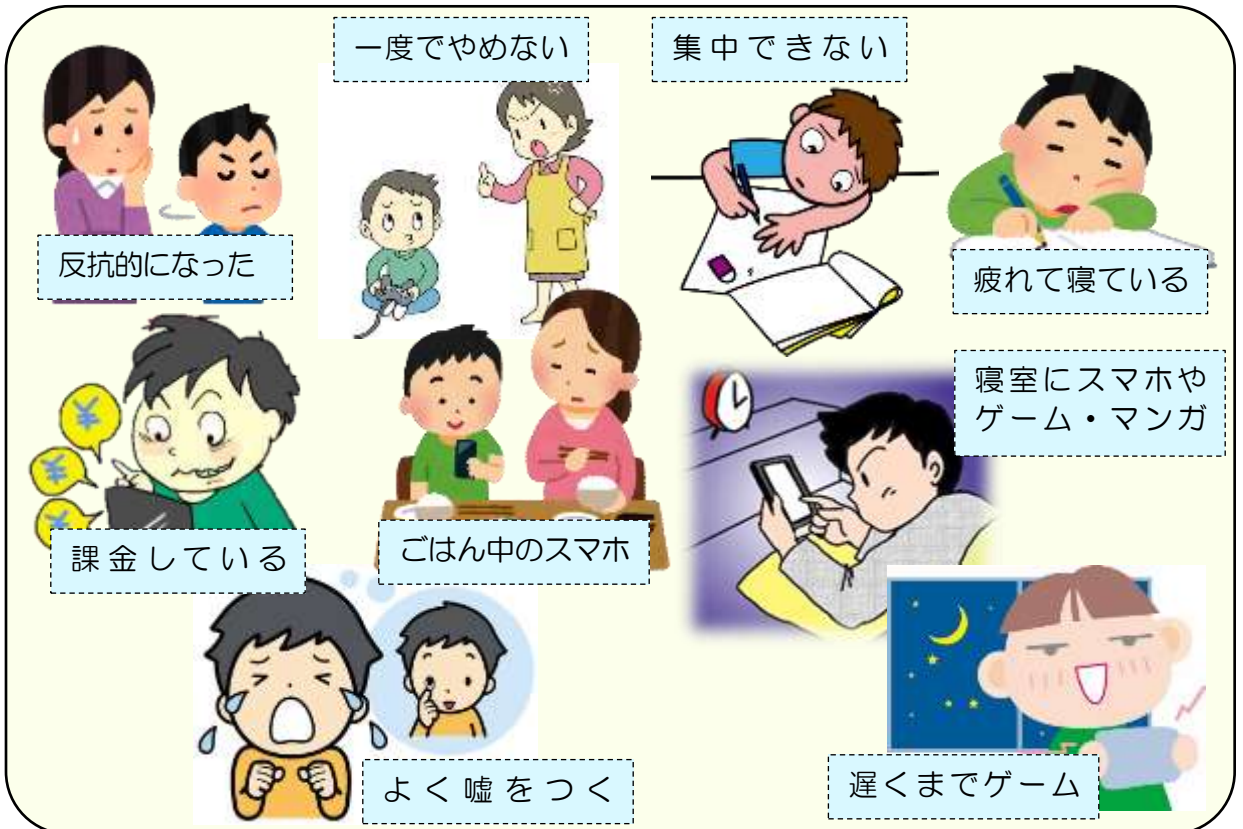
【よかったところ】

- 昨年に引き続き、教科担任制なので、詳しく教えて下さりありがとうございます。先生方がそれぞれ個性ある授業を下さるので楽しみだと言っています。
- 生徒指導面では、多くの先生による多くの目で子どもを見ていただき感謝しています。
- コロナ対策を様々な面から考え、対応して下さいありがとうございます。
- 感染予防の取組をしながら、子ども達が思い出を作ることができるように企画して下さい、ありがとうございます。

【課題点】

- 休校中にゲーム、SNSのやりすぎや、動画配信の見過ぎで依存症になり困っています。
- 家庭学習の習慣がつかず、困っています。「宿題を済ませた」という嘘をついて、朝方バタバタすることが多かったです。
- 反抗期が始まり、兄弟げんかがとても増えました。素直に言うことを聞かなくなり、とても困っています。

そこで今回は、改善点について考えてみました。以下に、懇談会の中で取り上げられた問題について、よく聞かれた内容をイラストで紹介しています。お心当たりの方は、裏面に改善策を上げましたので、ぜひご参照ください。





～絆を深めて Keep Smile～

第44号 令和2年7月27日(月)

特集：コロナに負けるな！生活のリズムを取り戻そう！

● **スマホ、ゲームなどの依存症改善**について

- ① スマホやゲームなどの利用を決められた時間だけにしましょう。
- ② アプリなどのダウンロードは保護者の承諾のもとさせてください。
課金をせず、楽しめる範囲にとどめることをお勧めします。
- ③ **食事中**にスマホをさせないください。
- ④ **使用する場所**を決めてください。
(保護者の見えないところでスマホやゲームをしない。)
- ⑤ 寝る時に、スマホやゲームを**寝室に持って行かない**ようにさせて下さい。
→ブルーライトは、昼間の太陽の光と同等の強さがあります。



● **宿題などの取りかかり方**について

- ① **集中できる環境を整えましょう。**
(リビングでするなら、テレビ OFF、周囲の漫画やゲームが見えない場所に置くなど)
- ② **チェックリスト**を作り、まず、**自分がやってみようと思う内容から取りかかりましょう。**
- ③ 後回しにせずできることから、**とりあえず5分だけ挑戦**してみましょう。
- ④ **声に出して取りかかる**ことで、集中力を高められます。(音読などがおすすめ)
- ⑤ 頑張ったことを、具体的にポイントをつかんで、**たくさん褒めてあげましょう。**
- ⑥ **学習意欲**がさらに高まるように、終了してから、**ちょっとしたご褒美**を与えてみてはいかがでしょうか。
(宿題が終わったら、アイスクリームを食べる、など)
- ⑦ **継続して取り組む**ことができるように、時間を決めて取り組んで見てはいかがでしょうか。

学習計画表

日付	科目	学習内容	時間
..			
..			
..			
..			
..			
..			
..			



● 反抗期の対処法について

① 叱る線引きを明確にしておきましょう（ぶれない）。

※ ちょっとしたことでも、すぐに口を出したところをぐっと我慢。ここからは許せない、というラインを超えた時に叱ってみてはいかがでしょうか。また、叱る時間も短く、的確にすると子どもの心に響くようです。

② できない事象よりも共に原因を探るようにしてみてもいかがですか。

※ 「どうせできんし」、と反抗期の子どもが言いそうな言葉。

自尊心が低い場合には、出来ないことを責めるのではなく、

何ができなかったのか、その原因は何なのか？共感することで、

子どもは安心して取り掛かることがあるようです。



③ 決めつけた言い方など、否定的な声かけをしない。

※ 「どうせ〇〇していないでしょう。」「今、しようと思っていたのに！」

子どもなりに考えて行動している場合もありますが、親にとって理解し難いことはよくあること。そんな時は、子どもの声に寄り添うように聞くことも、時にはいいかもしれません。

「〇〇が終わったらしようと思ったんだね。じゃあ、やっごらん！」

ここは、とても根気がいるところかもしれません。

④ 必要以上に話しかけない。（必要のない過剰な確認をしない。）

※ 「今日はどうだったの？宿題したの？何か嫌なことがあったの？」と根掘り葉掘り聞くと、思春期の子どもはとても嫌がります。そのような表情を出し始めたら、「何かあったら言ってね。」と言って少し距離をおくといいそうです。でも、心配！という方、ぜひ担任にご相談ください。

⑤ 周りの友達と比較せず、我が子の成長を具体的に見つけ称賛しましょう。

※ 「〇〇君はできているのに、どうしてあなたはできないの。」と友達と比較すると、子どもはとても嫌がります。我が子を見守りながら、ほんの小さな成長を見つけ、称賛するとよいそうです。

たとえ反抗的になっていても、子どもは承認欲求がとても強いです。ほんの少しの変化が見られたら、大きく褒めてあげてください。私達にとっては小さな変化でも、子ども達にとっては、人生の中で大きな変化になるかもしれません。

最後に、持続するために、以下の三つを心がけてみてはいかがでしょうか。

① とりあえず実行してみる。

② 失敗したら、原因を追究する。

③ 成功したことを自分のことのように喜ぶ。

簡単に改善できる問題ではありませんが、できることから「とりあえず」実行してみませんか。改善策をお子様と話し合うことで、問題解決の第一歩につながるかもしれません。

心が変われば態度が変わる
態度が変われば習慣が変わる

共に根気強く取り組んでいきましょう。今週も、どうぞよろしくお願いいたします。