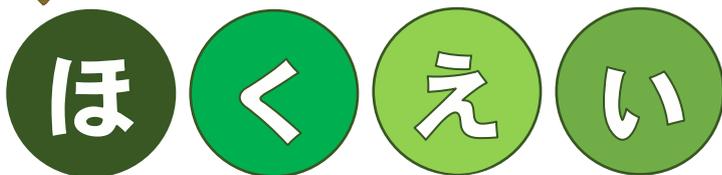




帯広市立北栄小学校 学校便り 9号

家庭や地域と共にある学校～共育(きょういく)～



《めざす子ども像》

- ▶ 自らすすんで学ぶ子ども
- ▶ 互いを認め合い自分と相手を大切にできる子ども
- ▶ 健康や安全に気を付ける子ども

令和6年7月23日 発行者 柴山 敬

<http://www.hokuei.obihiro.ed.jp/>

子供の「責任」の意識を育む 有意義な夏休みに

明日から8月26日(月)まで34日間の夏休みです。例年と異なり、酷暑に配慮して休業期間が長く設定されています。夏休みは、学校以外で様々なことに挑戦する良い機会です。お子様と休業中の過ごし方について十分に話し合い、有意義な機会になるようご配慮ください。

「自己中心主義」とは

ここでいう「自己中心主義」とは「周りの人のことを気にかけず、自分のやりたいことだけを優先すること」を指します。自己中心的な面は少なからず誰にでもありますが、こうした面が顕著である場合には、一斉授業に参加できない、集団行動がとれない、思いどおりにならないと暴れる、自分の非を認めず言い訳を繰り返すなどの行動をとることが多くなります。ある学者によれば「自己中心主義はいわゆる「甘やかし」(相手が気ままな行動をすることを許すこと)から形成される」と言われています。その背景には社会全体が裕福となり、子供に辛抱させる機会が少なくなったり、家でのお手伝いなどの役割が減ってきたりしていることや、地域の人とのコミュニケーションが不足し、対人スキル(他者と関係を築く力)を身に付ける機会が少なくなったことに加え、自分の役目や役割を果たす機会が少なくなってきたことなどがあります。

「自己中心主義」の克服を目指す

子供が「自己中心主義」を克服するためには、様々な機会を通じて自分がやらなければならない

いことや向き合わなければならない課題に対して一つ一つ取り組むという意味での「責任」の意識を育てることが必要です。

例えば、学習や活動の準備や片付け、部屋や机など身の回りの整理整頓、決まった時刻に起床したり食事をとったりする生活リズムなど、日常生活の基本的なことに主体的に取り組もうとすることです。

できなくても「試みる」ことが大事

子供には完璧を求めずに、「試みる」ことを大事にしてください。上手くできたら「よくできたね」などと褒め、できたかったときはそのがんばりを称え、「次はきっと上手くできるよ」などと励ましながらしつつ取り組んでみてください。

日	曜	8月の行事予定
2	金	夏休みプール③(12:45～)
3	土	ラジオ体操の集い(7:00～)
4	日	ラジオ体操の集い(7:00～)
7	水	夏休みプール④(9:45～)
10	土	ラジオ体操の集い(7:00～)
11	日	ラジオ体操の集い(7:00～)
13	火	学校閉庁日
14	水	学校閉庁日
15	木	学校閉庁日
16	金	学校閉庁日
19	月	学校閉庁日
27	火	始業式 夏休み体験発表 ALT(2年)
28	水	プール学習(4・1・6年) ALT(5・3年) Sアップ
29	木	児童会⑤ ALT(4・6年)
30	金	夏休みの作品見て歩き集会

もし、子供が一人でできないときは、大人と一緒に取り組むことから始めてみましょう。

地道な取組ですが、こうしたことを継続することによって子供は少しずつ自信をもち始め、学習や運動をはじめ、様々なことに前向きに取り組もうとする姿勢を身に付けていくことができます。

無理なく「自分のことは自分で」

夏休みは子供が日常生活の自分でやらなければならないことや向き合わなければならない課題に取り組む大きなチャンスです。この機会にお子様と家事分担やお手伝いをはじめ、片付けや整理整頓、生活リズム向上などについて話し合い、**無理のない範囲で「自分のことは自分でやってみよう」を合い言葉**に取り組ませ、子供の「責任」の意識を育てていきましょう。

スマホ・ゲーム機、タブレットのルール 心身への影響に注意して

夏休み中は、子供自身が一日の生活時間を決めて過ごすことが多くなります。こうした中、心配なことは子供がスマホやゲーム機、タブレットなどの端末を使用する時間です。

最近では、子供がこれらの**端末を長時間にわたって使用することによって夜型の生活になったり、体調の不調を理由に学校を欠席してしまったりする問題**が生じています。また、SNSでは投稿がきっかけで友達関係のもめごとに発展したり、オンラインゲームでは保護者が知らないうちに課金されていたりするトラブルが発生していることも聞かれます。

リーフレットの活用を！

こうしたことを受けて、北栄小学校コミュニティ・スクール協議会では、今年3月に**リーフレット「家族で話し合おう！スマホ・ゲーム機・タブレットなどの使用ルール」**を発行し、子供の心と体に与える影響として次の4つのことについて啓発しました。

生

活習慣について

一日のゲーム時間が2時間以上になると朝食をとらない、3時間以上で運動をしない傾向が認められています。**特に寝床でゲームをすることは、ゲーム依存になりやすいので注意が必要です。**

1時間以上のゲーム時間が生活習慣に影響する可能性がある

学

業について

一日のゲームやスマホの時間が**1時間以上になると自宅学習をしても成績が下がる傾向**がみられます。**3時間以上になると欠席が多くなる傾向**が認められ、不登校につながる心が心配されています。

ゲームやスマホの時間を1時間以内にすることが望ましい

睡

眠について

一日のゲーム時間が**1時間以上になると入眠困難と熟睡困難、起床困難、昼間の眠気などが生じやすくなる**とされています。睡眠不足によって注意欠陥・多動症のような症状が現れることがあります。

低学年は21時まで、高学年は22時までに就寝することが望ましい

気

分について

一日のゲーム時間が**2時間以上になるとだるくてやる気がない、イライラするなどの様子**がみられ、ゲームを注意されると暴言や暴力をふるう事例も報告されています。重度のうつ病も心配されます。

ゲーム時間を短くし、運動や外遊びをすることが望ましい（熱中症対策を忘れずに！）

リーフレット（PDF）は本校ホームページ（<http://www.hokuei.obihiro.ed.jp/cn3/pg331.html>）に掲載しています。**リーフレットの2ページ目には親子で作るルール表があります**のでご活用ください。

ゲーム等の時間をコントロール

ゲーム機などの端末を使用する時間を決めて取り組むことは、子供が日常生活の自分でやらなければならないことや向き合わなければならない課題の一つです。この夏休みをきっかけに、**ゲーム等の使用時間を自らの意志と行動でコントロールしようと「試みる」、子供の「責任」の意識を育てていきましょう。**