

令和2年度

子どもの望ましい生活習慣・学習習慣定着研修事業

開催
レポート

令和3年2月7日(日)、北海道教育委員会(主管:留萌教育局)主催、留萌市教育委員会、増毛町教育委員会、苫前町教育委員会、羽幌町教育委員会、遠別町教育委員会、天塩町教育委員会、羽幌町PTA連合会共催で、「子どもの望ましい生活習慣・学習習慣定着研修事業」を実施しました。

事業は講演会をZoom配信し、個人受信に加え増毛町・苫前町・天塩町では会場を設け合計39名の方にご参加いただきました。子どもの学習習慣・生活習慣の定着に向けて、保護者は子どもにどう接すれば良いのか、また何が出来るのかを学びました。

また、増毛町会場では、子どもの体験活動を合わせて実施し、子どもたちは、家庭でもできる体づくりの方法やレクリエーションなどで大いに体を動かしました。

講演:「子どものやる気スイッチを入れて学力アップ~with コロナ時代の親と子どものココロの整え方~」
講師:ココロの塾「笑華尊塾」代表 塩谷 隆治 氏

◆「不機嫌」は罪。可能性を引き出すのは「明るさ」である◆

ゲーテの“人生の最大の罪は「不機嫌」である”という言葉を紹介され、人は言葉だけではなく、態度やがっかりした表情で周囲に悪影響を及ぼし、特に子どもの可能性を引き出すには「明るさ」が大切です。子どもにいつも「明るく」接するためには、保護者自身の心を整える必要があるとお話されました。

親子や男女などの違いを理解した上で、ものごとの捉え方を意識的にプラスにかえることで、優しくすることができるようになりますといいます。また、寝る前などに不安や心配を思い出すことを避け、「良かったこと」「楽しみにしていること」を考えるとよいとのこと。特に「疲れた」という言葉が、脳にダメージを与えるとお話しされました。



【増毛町文化センター会場の様子】

◆子どものやる気をアップさせるには◆

やる気には大きく、“テンション”と“モチベーション”が影響し、特に“モチベーション”の中で内発的なもの①自己決定(自分で決める)②有能感(自分はできる)③対人交流(重要な他者からの承認)が重要とお話されました。子どものやる気がでるパターンを「環境」「体調」「メッセージ」から分析するとともに、「ダメ出し」から「良い出し」へ、「なんで?」から「どのようにしたら?」という声かけ、「がっかりした顔」から「あなたのことを信頼しているムード」が大切であるとお話されました。

◆スマホ依存が及ぼす影響◆

塩谷先生によるとスマホを1日2時間以上利用していると、勉強する時間が減るだけではなく、勉強しても成績が下がっているデータがあるとのこと。スマホ中毒の対策は①思考の深化の大敵と知る(携帯が鳴ると気がそれる)、②電磁波の危険性を知る(脳にダイレクトに影響し、頭痛や睡眠不足につながる)、③具体的なアクションをおこす(枕元に置かない、ノーケータイデー)ことであるとお話されました。



体験活動:「バルシューレほか運動プログラム」

講師:北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル深川社会教育主事 南 民雄 氏・廣川 貴志 氏

◆バルシューレとは◆

バルシューレは、ドイツで開発された、未就学児や小学生の段階で様々なスポーツ競技に共通する基本的で一般的な運動能力や戦術力を向上させるためのボールゲーム指導プログラムです。

◆取り組んだ内容(一部)◆

- ・新聞紙を丸めた棒を手のひらに乗せてバランスをとる。
- ・ // をパスする、風船をバウンドさせる。
- ・ // 床に立て、手を離して一回転してキャッチする。
- ・ ボールを上に向けている間に、手をたたき、床に手をつけるなど。
- ・ 「熊の巣穴」としたカゴにボールを投げ込む。熊役がその邪魔をする。
- ・ 床に置いたフープの中にあるボールを移動させる。



【体験活動の様子】

●参加者からの感想●

- ・ イライラを家庭に持ち込まないように、笑顔と肯定を忘れずに子育てしたいと思いました。
- ・ 子どもたちに「考える習慣」をつけることが必要だと感じました。
- ・ 家の中でもできそうな遊びもあり、子どもがとても楽しんで取り組んでいたと思います。

