



学校だより

NO.536

令和4年10月31日

調布市立北ノ台小学校

校長 野口 直也

【URL】<http://www.chofu-schools.jp/kitanodai-sho> 【E-mail】kitanodai-sho@chofu-schools.jp

心の筋トレ ～レジリエンスを鍛える～

校長 野口 直也

「レジリエンス」という言葉があります。既に御存知の方も多いと思いますが、「精神的回復力」「抵抗力」「復元力」「耐久力」などとも訳される心理用語で、「心の筋肉」にも例えられます。「子どもたちに様々な困難を乗り越えて行けるような、しなやかでたくましい人に育ててほしい」というのは、親も教師も共通の願いです。そのために子どもたちのレジリエンスを鍛えていくことが必要であることは、言うまでもありません。

しかし、私にも経験があるのですが、子どもが困難な場面に直面した時、本来、力を付けることができるチャンスであるにもかかわらず、教師や親がすべて解決してしまうことがあります。大人がどこまで介入するかはケースによりますので、一概には言えませんが、「転ぶことによって立ち上がり方を学ぶ」という意識も必要です。

ある研修会で、レジリエンスを高めるためのポイントを教えていただいたことがあります。

- ・友だちや家族との絆を深める 共感する力、相手の痛みを理解する力を育む
- ・目標を決める 目標に向かって進む過程で、達成できたことに目を向ける
- ・自分を信じる 自分のことを信じることで、自己選択、自己決定ができる
- ・ポジティブ思考 困難を解決するときに悲観的にならず、あらゆる方向からアプローチする
(紙面の都合上、代表的なものを抜粋)

最近では、6年生の日光移動教室と5年生のハケ岳移動教室がいい例です。2泊3日の行程は、ただの思い出作りではなく、様々な学びの連続でした。友だちとの絆を深める。みんなで目標を決め、達成できたかどうか振り返る。友だちのよさに目を向け、お互いに伝え合う。役割分担をして誰かのために仕事をしたり、体験活動の中でうまくいかない仲間を助けたりする。様々なトラブルも、みんなで前向きに解決に取り組む。ふだんであれば、親を頼ることもできますが、そこは自分たちで乗り越えるしかありません。その分、達成したときの喜びも大きく、自信につながった子も多かったようです。先週まで取り組んでいた長なわ跳びの取り組みも、体力向上だけでなく、心の体力づくりにつながっています。

「心の筋トレ」でレジリエンスを鍛える。子どもたちがやがて自立をして、自分の力で幸せをつかむことができるように、ふだんの学校教育の中でも大切にしていきたいと思えます。

【11月の生活目標】

「気持ちのよいあいさつをしよう」

学校をはじめ、多くの人が集まって生活をするところでは、一人一人が周りの人のことを思いやって生活すると、お互いに気持ちよく過ごすことができます。その最初に行えることに、挨拶があります。

11月1日(火)から7日(月)は、「あいさつ週間」です。相手を尊重する気持ちを込めて挨拶するように指導していきます。

また、11月は「ふれあい月間」でもあります。挨拶とともに相手を尊重する気持ちを表すのに、話の聞き方もとても大事なことです。話し手が安心して話せるように、耳だけでなく、「目」や「心」も使って聞けるように伝えていきます。

今月は、挨拶や話の聞き方で、いつも以上に周りの人のことを意識して生活してほしいです。

【あいさつカード】

あいさつ週間中、子供たちは学校でカードを使って、毎日の挨拶を振り返ります。あいさつ週間終了後に、「めあて」に対する「振り返り」を書いて持ち帰りますので、御覧いただき、御家庭でも挨拶の大切さについてお話をいただければと思います。

サインか押印をし、学校に持たせてください。

展覧会に向けて



特別活動部 行事担当

【日時】11月18日(金) 児童鑑賞日
19日(土)、20日(日)保護者鑑賞日

「つくり出すよるこびを ～北小たからばこ～」をテーマに、図画工作科と家庭科学習の成果を、展示発表いたします。

展覧会に向けた作品づくりでは、思いを膨らませ、形にすることを楽しむ様子や、細かい作業に根気強く取り組む様子、友達の作品を見合って、よさを認め合う様子など、子供たちのすてきな姿が多く見られます。出来上がった作品をお楽しみいただくとともに、制作過程について、親子でたくさんお話していただけたらうれしいです。

後日配布する、しおりや手紙で詳細をお知らせいたします。御確認ください。

【交通安全について】

学区域内には、交通量の多い通りが多くあります。通りを歩くときや、自転車に乗るときには歩道や道路の決められたところを通る、広がって歩かない、信号を守る等を、指導しているところです。しかし、子供たちが、車の走行中に飛び出したり、無理に横断したりする危ない場面に遭遇したという連絡が、学校に入っています。御家庭でも今一度、安全な歩き方について、お話いただきますよう、お願いいたします。

なお、自転車については、次のことを改めて気を付けていただくようお願いいたします。

- ・自転車に乗るときは、ヘルメットをかぶる。
- ・路地からの飛び出しは絶対にしない。

生活指導主幹

11月の行事予定												★:特別時程 ◇:水曜時程 ※:4時間授業						カ ウ ン ク セ ー ラ ー
日	曜	全校にかかわる行事予定	学年の行事予定						時間割数									
			1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	4年	5年	6年				
1	火	ふれあい月間 始 あいさつ運動週間 始										5	5	6	6	6	6	
2	水	※								6-3 5時間		4	4	4	4	4	4	
3	木	文化の日																
4	金											5	5	5	6	6	6	
5	土	開校記念日																
6	日	ロードレース大会																
7	月	◇あいさつ運動週間 終						委員会	委員会			4	5	5	5	6	6	○
8	火						社会科見学					5	5	6	6	6	6	
9	水	★※										4	4	4	4	4	4	
10	木	◇モンゴル大使来校										5	5	6	6	6	6	○
11	金	避難訓練										5	5	5	6	6	6	
12	土																	
13	日																	
14	月	たてわり班活動		仲良しタイム	仲良しタイム			仲良しタイム	仲良しタイム			4	5	5	6	6	6	○
15	火											5	5	6	6	6	6	
16	水											5	5	5	5	5	5	
17	木	◇										5	5	6	6	6	6	○
18	金	展覧会(児童鑑賞日)										5	5	5	6	6	6	
19	土	★※展覧会(保護者鑑賞日)										4	4	4	4	4	4	
20	日	展覧会(保護者鑑賞日)																
21	月	振替休業日																
22	火	◇										5	5	5	5	5	5	
23	水	勤労感謝の日																
24	木											5	5	6	6	6	6	○
25	金	読書週間 始				社会科見学						5	5	5	6	6	6	
26	土																	
27	日																	
28	月	◇					連音鑑賞 クラブ	連音発表 クラブ	クラブ			4	5	5	6	6	6	○
29	火	連音集会(録画)								音楽鑑賞教室		5	5	6	6	6	6	
30	水	★※ふれあい月間 終										4	4	4	4	4	4	