



東っ子だより

夢にチャレンジ東っ子

～元気いっぱい 笑顔あふれる 児童の育成～

令和5年度 三根東小学校
学校だより 第5号

令和5年7月19日

文責 校長 江島 裕章

最近、気になったこと

子どもたちが楽しみにしている夏休みも目前に迫りました。ご家庭でのお子様の様子はいかがでしょうか。夏休みを前に、最近、子どもたちと触れ合うなかで、特に気になったことが2つありますので、保護者の皆様にお伝えしたいと思います。

【睡眠】

朝、校門で登校してくる子どもたちに挨拶をしているときに、とても眠そうな児童がいました。「どうしたの？体調悪い？」と聞くと、「昨日、眠れなかった。」と元気がない声で答えました。詳しく聞くと、寝る前にちょっと怖い動画を見ていて、それからいろいろ不安になって眠れなかった、とのことでした。

睡眠の質や量は、子どもたちの健康だけでなく、精神面や学習等にも深くかかわっています。人は睡眠をとることで脳を休めます。この脳を休めるということが記憶にも深く関係しており、良質の睡眠をとることが学習に効果的であるという研究結果も出ています。また、成長期にある子どもたちは睡眠中に体の組織が大人になるための成長を促進させます。

適度な睡眠がとれない場合、その影響は知らず知らずのうちに子どもたちの気質にも影響を及ぼします。私の子どもの話で恐縮なのですが、わが子は夜遅くまでゲームをしたり、動画をみていたりした結果、寝る時間になっても脳が興奮状態となってしまう、布団に入っても、あまり眠れない状況になりました。そんな生活が続き、次第に、昼夜逆転の生活となっていった結果、元々優しくかった性格が変わり、とても気性が荒く、怒りっぽくなってしまいました。今は生活を見直し、きちんとした睡眠をとり、規則正しい生活をおくるようになって、本来の優しい性格を取り戻しています。私はこの実体験からも、きちんと寝ることがとても大切であると痛感しています。

適度な睡眠をとるには、適度な運動、消化の良い夕食、寝る前の2～3時間前にゲームや動画などを見ない、という3つの心掛けが大切だと言われています。是非とも、穏やかな気持ちで眠りにつけるように、ご家庭でも心がけていただければ、と思います。特に夏休みは生活リズムが崩れ、不規則な生活になりがちです。朝、起きる時間だけは最低限きちんと守らせるようにご指導お願いしたいと思います。

【言葉づかい】

あるクラスに行ったときに、子どもたちが少しもめていました。事情を聴いてみると、日直さんのいうことを聞いてくれないということからのトラブルでした。気になったのは、子どもたちのその時の言葉遣いです。大人でも引いてしまうような相手をののしる言葉をためらわずに口にする姿に正直、危機感を覚えました。その場でトラブルの原因や言葉遣いについて、子どもたちから話を聞き、お互いに足りなかった点について話をして、その場をおさめたものの、私の中でどうしても子どもたちの言葉遣いが胸の中に引っかかっていました。

その日のお昼過ぎに、廊下で気になる言葉を口にしていた子どもとすれ違ったので、詳しく話を聞いてみました。詳細は省きますが、「Youtubeの動画（ゲーム実況？）をよく見ているけど、その中でみんな（汚い言葉を）言っている。」「誰にも負けたくないしバカにされたくないから、つい言ってしまう。」など、その子どもが普段思っていることや家でのことなど、いろいろなことが聞けました。子どもたちが楽しいと思って普段見ているものの中に潜む影響力。知らず知らずのうちに身に付いているものを学校の中で指導していくことの難しさを感じた出来事でした。

夏休みは子どもたちが自由にできる時間がたくさんあります。是非、お時間があるときに普段、

子どもたちが何をしているのか、何を見ているのかを確認していただければと存じます。特に夏休みは子どもたちが自由に過ごせる時間がたくさんあります。インターネットや動画サイトの履歴を日々確認したり、SNSの使い方を定期的に確認したりする等、お手数をおかけしますが、どうぞよろしくお願いいたします。

タブレットパソコン

夏休みを有効に過ごしてもらいたいという意味も込めて、3～6年生は学校の授業で活用しているタブレットPCを夏休み期間中、家に持って帰ってもらいます。

数十年前の夏休みの宿題では、自由研究や調べもの学習などがありました。私も家で図鑑を見ながら昆虫標本を作ったり、専門書を見ながら台所で理科の実験などをしたりしました。今はインターネットを見ながら調べものをしたり、資料をまとめたりすることができます。また、将来的にもパソコンを使って資料を作成したりまとめたりすることが工作上、最低限求められるスキルとして求められることになるでしょう。そういった将来を見据えての学習という意味もあり、今回、タブレットPCを持って帰ってもらうことにしました。

興味関心があるものについて、様々な角度から情報を集め、そして徹底的に納得がいくまで調べることは、子どもたちの能力を飛躍的に伸ばします。好きなことは知らず知らずのうちにどんどん吸収することで、子どもたちはいろいろな能力を身に付けるものです。記憶力や思考力、表現力など、教科書で学ぶものよりも短時間で驚くほどの成長をみせてくれます。タブレットPCはその可能性を引き出してくれる道具であると思います。

一方で、インターネットには悪意が潜んでいることも忘れてはいけません。子どもたちの興味を引くようなコンテンツで、子どもたちだけでなく大人もなかなか見抜けないような罠を仕掛けている場合もあります。問題ないサイトなのかどうか、知識不足の子どもたちではなかなか判別しにくい場合が多いですので、是非とも保護者の皆様の監督の下、インターネットを閲覧するようにしてもらいたいと思います。どこを見て判断し、何をしてはいけないのか、ということは実体験でしか得ることができないものだと思います。また、大人である私達も情報を集め、何が正しいものであるか常に学習しなければなりません。そういった意味ではご負担をおかけすることになりますが、お子様が被害に遭わないためにも是非ともご理解とご協力をお願いいたします。

今後の行事予定

8月の行事予定

- 11日～17日 学校閉庁日
- 19日(土) PTA 親子除草作業(予備日:20日)
- 25日(金) 2学期 始業式

9月の行事予定

- 6日(水) 一斉下校 15:00
- 7日(木) スクールカウンセラー来校
- 13日(水) 一斉下校 15:00
- 20日(水) 一斉下校 15:00
- 27日(水) 一斉下校 15:00

10月の行事予定

- 2日(月) 通知表配付 三根中学校新入学説明会
- 28日(土) 体育大会(午前中)

