

わかみやだより

こころの免疫力 (自己肯定感)

自己肯定感とは、私たちが幸せに生きていくために欠かせない感情で、ありのままの自分自身を認められる感覚だと言えます。

自己肯定感の高い子どもは、自分の気持ちや考えを素直に話したり、物事に意欲的に取り組めたりするとともに、周囲の人のことを認めることができたり、うまくコミュニケーションがとれたりします。では、自己肯定感を高めるにはどうすればよいのでしょうか？

① 大人として

・子どもが失敗しても「大丈夫、上手いかなかったけどよく頑張っていたよ」など、結果ではなく取組を評価する。

・他の子との比較ではなく、スモールステップで成功体験を増やし、その成長を認め褒める。

・自然体験や読書・芸術などの文化に触れさせ子どもの興味や視野を広げる。等

② 大人も子どもも

・日頃から、ポジティブな言葉を口ぐせのように使うことや悩みや不安がある時は、言葉や行動で、ネガティブな感情を捨てるようにする(例えば、悩みごとで頭がいっぱいになってきたら、「もう、やめた」と言葉で脳に伝える方法)

自己肯定感とは、誰もが持っている「こころの免疫力」です。心が傷ついた時に早く回復できる力のある人(自己肯定感の高い人)に近づくために、よりよい習慣(くせ)を身につけたいですね。

体験活動・総合的な学習の時間の充実

9月の自然学校に続き、今月も6年生修学旅行や各学年の校外学習があります。また、今年度、学校全体で研究している総合的な学習の時間の充実にも力を入れていきます。

「す・じ・み」の合言葉。すすんで・じぶんから・みずから取り組むことによって、学習の深まりや成果が大きく変わってきます。子どもたち自身が、興味をもって楽しみながら学んでいけるような授業づくりを目指しています。ご家庭でも、学習に関連するお話をしていただくなど、ご支援いただければ幸いです。よろしくお願いいたします。



始業式



5年生自然学校 (ハチ高原)



不審者侵入避難訓練

～行事予定～

- 2日(月) 委員会 4年校外学習(県庁) 秋の読書週間(～31日)
- 3日(火) 代表委員会
- 5日(木) 6年生修学旅行(～6日) 広島・岡山方面
- 6日(金) 給食試食会
- 9日(土) スポーツの日
- 10日(火) 若宮人権週間(～13日)
- 12日(木) 4年生車いすバスケットボール体験
- 13日(金) 人権参観日
- 16日(月) クラブ
- 18日(水) 1・2年生校外学習(神戸方面)
- 19日(木) 新入学生 就学時健康診断(1～3年 12:45下校)
- 20日(金) 一斉下校
- 21日(土) 加古川市青少年の健全育成を考える集い

若宮小学校HPや各ブログもご覧ください。

わかみやっこぶろぐⅢ



HP