

教育総合推進会議による家庭への啓発

米原市河南学区教育総合推進会議では、河南学区の子どもたちを対象に生活アンケートを実施され、その結果をもとに、「家族のコミュニケーション」の大切さ、「早寝・早起き・朝ごはん」の習慣づけを啓発されています。

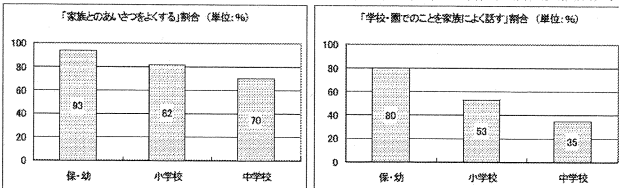
子どものコミュニケーションは 家庭内のコミュニケーションから！！

昨年度に引き続き、河南学区の子どもたちを対象に生活アンケートを実施しました。最近、「あいさつができない」「単語でしか話さない」など、自分の思いや考えを言葉でうまく表現できない子どもが増えているとされています。いわゆる「コミュニケーション」が、学校や家庭(地域)で成り立っているかどうか、その機会があるかどうかを見直す必要があるように思われます。そこで今年度は、特に人と関わる状況を身近な家庭・教室から探ってみることにしました。

◆家族であいさつ・会話をしていますか？

グラフ1・グラフ2は、家庭でのあいさつ・会話について表したものです。家族とのあいさつは、保育園・幼稚園の子どもほどよくできています。家族との会話も同様の結果ですが、小学校(53%)・中学校(35%)と大きく下がってきています。子どもの心の成長や家庭での過ごし方も影響していると考えられます。

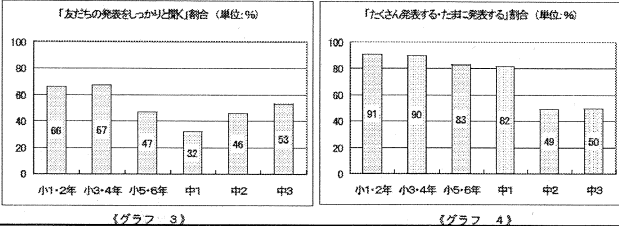
子どもが大きくなっても、家族との関わるの機会をもち続けたいものです。



【グラフ 1】

【グラフ 2】

グラフ1・グラフ2は、教室での「聞く・話す」態度について表したものです。小学校低・中学年で、「友だちの発表をしっかりと聞く」と答えた子どもが約65%ですが、高学年・中学校になるとかなり減少します。学習内容のちがいがいよること考えられます。中学校では、学年が上がるとつれてしっかりと聞く子どもが増えています。小学校では、大半(80%)の子どもが「発表する」と答えています。中学校では、2年生・3年生で大きく減少します。理由の一つとして、学年1クラスになり、多人数で発表の機会が少なくなったことが考えられます。学校では授業の進め方等、工夫・改善を進めています。

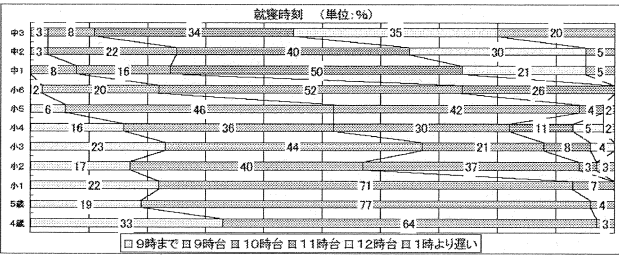


【グラフ 3】

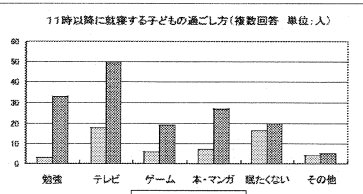
【グラフ 4】

◆遅寝をやめて「早寝」にしましょう！

グラフ7は、就寝時刻を表したものです。小学校5年生までは、遅くとも11時にはほとんどの子どもが寝ていることがわかります。中学生になると、「11時以降に就寝する」と答えた子どもが増えています。特に、中3では、半数が12時以降と答えています。



【グラフ 7】

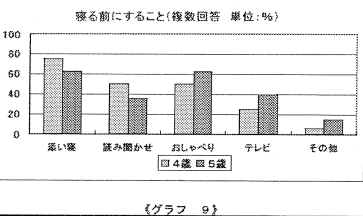


【グラフ 8】

グラフ8は、11時以降に就寝する子どもの過ごし方を表しています。テレビ・勉強・本・マンガ・ゲームという理由が多かったです。夜ふかしが続くと、①集中力の低下 ②昼間の運動不足 ③肥満 などの原因になります。

早く寝られる日は、少しでも早く寝るようにしましょう。

グラフ9は、保育園・幼稚園の子どもが寝る前に何をしていたかを表しています。4歳児では、読み聞かせが多く、5歳児になると、おしゃべり・テレビが増えています。



【グラフ 9】

「読み聞かせ」は、本を通じた親子のコミュニケーションです。

親が本を読み、子どもが感じたことを口に出す。親はそれをきちんと聞いて、丁寧に子どもへ返す。こうした楽しい体験は、豊かな心と心を育てることにつながります。

親子の共通体験(絵本)が、親子関係を深まりをもたらせます。

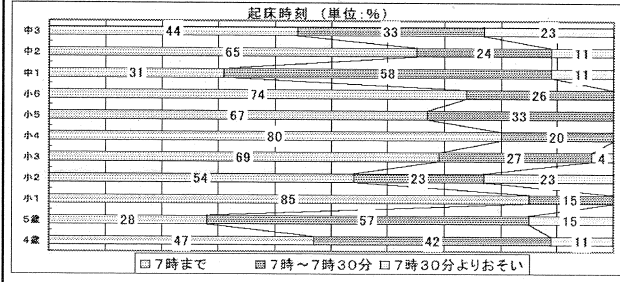
寝る前の読み聞かせをおすすめします。

◆朝のスタートは、「早起き」「朝ごはん」から

グラフ5は、登校・登園日の起床時刻を表したものです。5歳児と小1を比べてください。「7時30分以降に起床する」と答えた割合が、5歳児の15%から小1では0%となります。小1では85%の子どもが「7時までに起床する」と答えています。これは、小学校が集団登校での通学になり、集合時刻が保育園や幼稚園の登園時刻よりもかなり早くなるためと考えられます。

来年、小学校へ入学する5歳児の保護者は、子どもに少しずつ早起きの習慣をつけていきましょう。

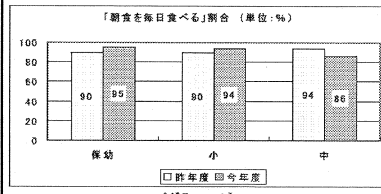
また、小6と中1も比べて下さい。「7時までに起床する」と答えた割合が、小6では74%なのに対して中1では31%に減少します。これは、中学校の通学方法が、集団登校から個人通学へと移行し、自転車通学をする子どもが多くなること、生活が夜型になるとが原因だと考えられます。



【グラフ 5】

グラフ6は、「朝食を毎日食べる」と答えた子どもの割合を表したものです。昨年度の結果と比較すると、保育園・幼稚園では5ポイント、小学校で4ポイント上昇しています。ほとんどの子どもが朝食を食べているようです。しかし、中学校では昨年度より8ポイント下がりました。中学生の就寝時刻が遅く、起床時刻も遅くなってきている結果だと考えられます。

朝食には、「やる気」を高める効果があります。これからも、朝食をしっかりと食べましょう。



【グラフ 6】



家族のコミュニケーション、まずは「聴くこと」から

「子どものコミュニケーションを大切にと言われても、なかなか難しい」と言う声があるから少なくありません。「忙しくてなかなかじっくり話す時間がない」、「子どもに話しかけてもあまり話してくれない」、「何を話したらいいかわからない」等々。さて、「コミュニケーション」とはお互いの思いを伝え合うことです。その第一歩は相手の思いをじっくり聴くことです。子育てにおいては、まず親や家族が子どもの言うことをしっかりと聴いてあげることが大切ではないでしょうか。

『子どもの話に耳を傾けよう』

さよう、少し、あなたの子どもの言おうとしていることに耳を傾けよう。
さよう、聴いてあげよう、あなたがどんなに忙しくても。
さもないと、いつか子どもはあなたの話を聴こうとしくくなる。

子どもの悩みや要求を聴いてあげよう。
どんなに些細な成功の話も、どんなにささやかな行いもほめてあげよう。
おしゃべりを最後まで静かに聴き、いっしょに大笑いしてあげよう。
子どもに何があったのか、何をもどめているかを見つけてあげよう。
そして言ってあげよう、愛していると、毎晩毎晩。
叱ったあとには必ず抱きしめてやり、「大丈夫だ」と言ってやろう。
子どもの悪い点ばかりあげつらっていると、
どうなっていくかわからない人間になってしまう。
だが、同じ家族の一員なのだから誇らしさと誇ってやれば、
子どもは自分自身を誇らしく思っ育つ。



さよう、少し、あなたの子どもの言おうとしていることに耳を傾けよう。
さよう、聴いてあげよう、あなたがどんなに忙しくても。
さうすれば、子どもはあなたの話を聴きに促ってくるだろう。

(作: D. ウェイトリー)

「早寝・早起き・朝ごはん」の習慣づけを

昨年に引き続き、起床時刻や就寝時刻、朝食を食べているかどうかについても調査を行いました。アンケートの結果からは、河南学区のほとんどの子どもが7時半には起床し、しっかりと朝食を食べていることがわかりました。しかしながら、年齢が大きくなるにつれて就寝時刻が少しずつ遅くなり、「遅寝・遅起き・朝食抜き」の子どもが増えていく傾向も見られます。寝る時間が遅くなるために、ぐっすり眠れない、ぎりぎりまで寝ていたい、朝起きるのがつらい、朝食を食べたくない、食べる時間がない、といった悪循環から学校(園)での生活リズムが乱れたり、学習等に集中できなかったりします。このことは、子どもたちの生活態度だけの問題ではなく、いっしょに暮らしている親や家族の影響が少なくありません。今一度、家族ぐるみでテレビやゲームの時間を話し合うなどして、生活のリズムを立て直し、「遅寝」「遅起き」「朝食抜き」の傾向にストップをかけてほしいと思います。