



夏休みを迎えるにあたって！

子どもたちが楽しみにしている夏休みがいよいよ7月21日から始まります。



夏休みは、

- ①家庭において、家族の一員として地域社会での生活経験を積ませる。
- ②子ども自身が立てた生活計画の実践を通して、自主的自律的な態度を育てる。
- ③これまでの学習を振り返り、不十分なところを補ったり得意なところをのびたりする機会とさせる。
- ④子どもが持っている興味や関心を生かし、いろいろな経験をさせることで個性の伸長を図る。

などのことから設けられています。

また、夏休みは、37日間の長期にわたる自由な解放感のある休みなだけに、子どもたちの生活リズムがくずれやすいようです。夏休みをどう過ごすかが、夏休み明けからの学校生活に大きく影響してきます。子どもの発達段階や特性などにより違いますが、以下の事柄に注意して、十分に子どもたちと計画を立てられ、規則正しく健康で安全な日々を子どもたちが過ごせますようよろしくご協力をお願いいたします。

1. きまりある生活をする

- (1)1日の生活計画をきちんと立てる。(早寝早起きをし、体調を整える。)
- (2)家庭での役割や、自分でできる仕事をすすんでする習慣をつける。
- (3)日が長く、帰宅が遅くなりがちです。夕方、遊びから帰る時刻を決めておく。



2. 計画的に学習に取り組む

- (1)学習は時間を決め、朝涼いうちに。また、課題は、計画的に取り組む。
- (2)日頃から興味を持っていることについて、じっくり時間をかけて取り組む。
- (3)今までの復習を中心に、苦手なところもねばり強く取り組む。
- (4)本をたくさん読む。読書感想文を書く。

3. 安全な生活をする

- (1)交通規則について、よく理解し、守る。
 - ・路側帯やガードレールの内側など道路の右側をきちんと歩く。
 - ・道路の横断を正しく行う。
 - ・正しい乗り方で、自転車に乗る。
- (2)子どもたちが危険を回避できるよう「いかのおすし」を子どもと確認する。
 - ・不審者に注意し、人通りの少ないところで遊んだり、一人だけで遊んだりしない。
 - ・知らない人から金品をもらったり、ついて行ったりしない。
 - ・危ないと感じたら、大声で助けを求めたり、近くの家へ逃げ込んだりする。
- (3)危険な遊びをしない。
 - ・刃物や火薬類、エアガンなどでの遊びをしない。
 - ・線路や踏切、川や池、工事現場、資材置き場、空き家などでの遊びをしない。
 - ・花火は、風のない時に、大人と、広いところで、水を用意して行う。
- (4)外出するときは、どこへ、誰と、何をしにいき、いつ帰るかを家の人に知らせる。



4. その他

- ・公園、図書館など公共の場所ではきまりを守り、周りに迷惑をかけない。
- ・熱中症に気をつけ、帽子をかぶり、適度な水分をとるなどの注意をする。
- ・家族の会話の機会を見つけ、たくさんいろいろな話をしましょう。



有意義な夏休みにするために！

1. 夏休みの計画は「詰め込みすぎない」

お子さんにとっては、待ちに待った夏休みが到来。プールに旅行にと楽しい計画を立てているご家族も多いのではないのでしょうか。1ヶ月以上も休みという余裕がそうさせるのか、生活リズムを崩したり、宿題を後回しにしたりするお子さんも。そうならないためにも、夏休みの計画（1日のタイムスケジュール・夏休み全体のスケジュール）を立てましょう。計画を立てるときの注意点は「詰め込み過ぎない」こと。教育熱心な保護者ほど、過大な計画を作りがちですが保護者の思い込みで立てた計画は計画倒れに終わることが多いです。



2. 毎日のリズム・やることを安定させる

旅行や夏期講習など、あらかじめ決められている予定をまず計画表に入れ、空いている空白時間は、学校があるときと同じように過ごさせるのも一つの方法。お子さんの生活リズムを崩さないためにも、起床・就寝、食事などの生活の基本となる時間は、学校があるときと同じになるように心がけ、午前中は必ず勉強の時間にあてましょう。毎日の勉強は決まった時刻に始めることが大切。そして、最初にやることを決めておくといでしょう。そうでないと、勉強開始時刻になっても「うーん、何からやろうか……」と悩んでいるうちに10分くらいが過ぎてしまいます。

3. まずやるべきは「苦手克服」と「基礎固め」

「夏休みを制するものが受験を制する」という言葉があるように、夏休みの学習状況が夏休み以降の成績を左右します。まとまった時間のある夏休みだからこそ、弱点や苦手科目の克服のために徹底的に基礎固めをしましょう。「どこが分からないかが、分からない」というお子さんが多いですが、基礎固めをする第一歩は「どの教科の、どの部分が苦手か」を特定すること。これまでのテストや問題集など見返して、どういった単元や問題が苦手なのかを保護者がチェックしてあげてください。その際、間違えた問題やできなかった問題などをまとめた「見直しノート」を作れば、お子さんが自分の弱点を見逃すのを防ぐことができます。お子さんの苦手教科・分野を特定できたら、その問題を解けるように何度も繰り返し学習を。苦手意識を克服することは、お子さんの学習意欲アップにも直結します。

4. 応用問題へ取り組む場合のコツ

基礎固めができてきたら、少しずつ応用問題にもチャレンジを。難問をじっくりと考えることは思考力を身に付けるために重要ですが、自力で解くことにこだわりすぎると、応用問題に苦手意識を持ってしまいかもかもしれません。どうしても分からない問題は、模範回答を見て理解してから取り組んでみるといいでしょう。

5. 毎日10分の「お片付けタイム」をつくる

夏休みは、お手伝いを始めるのにもいい機会です。お手伝いの内容は何でもかまいませんが、まずは、使った食器を下げるなど「自分のことは自分でする」系のお手伝いから始めさせるのがいいでしょう。毎日決まった時間に「お片づけタイム」を設けてください。毎日10分でもいいので、その時間は片づけに集中させるのんです。お子さんの学齢や実態に合わせて親子で片づけてもいいし、お子さんだけで片づけというようにしてもいい。男の子は女の子よりお手伝いや掃除を面倒くさがりますが、勉強部屋の整理整頓は勉強の効率にも繋がります。

夏休みはお子さんが成長するチャンス。「主役は子ども、親はサポーター」という意識で、お子さんの規則正しい生活をサポートしてあげてください。