

き た

# 鍛えて、 ほめる。

保護者の皆様へ

## 伸ばそう! 子どもの可能性!!

このリーフレットは、子どもの可能性を伸ばすため、保護者の皆様に心がけていただきたい子どもへのかかわり方をまとめたものです。

このリーフレットを読み、「鍛えて、ほめる」ことをいろいろな場面で意識しながら実践してみませんか? お子さんのいろいろな可能性を伸ばすことができます! 学校の教育活動も、この方法を意識して実践していきます。

### 鍛えるって、どうするの?

「鍛える」とは、子どもに【自ら考えて課題を決めさせ、困難を乗り越えること】を経験させるという意味です。

日常生活のいろいろな場面で、「ちょっと難しいかな?」、「できるかな?」と思えるような【目標】を、大人が勝手に決めずに子どもと考えて設定し、それに挑戦させてみることです。

鍛錬や精神修養的なことを意味しているものではありません。



### どんな時、どんなことをほめればいいのか?

ささいなことでも積極的に子どもをほめて育てることは大切です。

しかし、特に「困難な場面を乗り越えた時」や「自分で決めた目標を達成した時」に、がんばった姿やがんばった過程（プロセス）をほめられると子どもは、嬉しさから「よし、次もがんばろう」、「別のことにも挑戦しよう」という気持ちが高まります。

家庭生活の様々な場面で、**鍛えて、ほめる**ことを意識し、実践すれば、次の「その①」から「その⑤」のような意識や能力を高めたり、伸ばしたりすることができます!!

### その① 学ぶ意欲



お子さんの学習に意識してかかわり、家庭学習の習慣化に挑戦させましょう!

- ◇ 「勉強しなさい!」と注意するだけでは、学ぶ意欲は高まりません。親子で話合って、宿題や読書等に取り組む時間等の【目標】を決め、チャレンジさせることが大切です。自ら学習する姿が見られ始めたら、その都度、がんばりをほめましょう。
- ◇ 学校の宿題やプリント等については、必ず確認し、時には親子一緒に学習に取り組んだり、学校での様子や学習状況について、お子さんと会話したりしましょう。



### その② コミュニケーション力



言葉の先取りをせず、伝える力を育むことを意識して、お子さんと会話をしましょう!

- ◇ 「ご飯…」、「じゃあ、食事の準備をしようね」とお子さんが最後まで話す前に、言葉の先取りをすることはありませんか? お子さん自身の考えや気持ちを言葉として伝えられるように、「どうしたいの?」、「なぜ?」等と問いかけ、「最後まで言葉で伝えること」を【目標】にしましょう。その際、考えや気持ちを伝え終わるまで、ちょっと待ってあげることが大切です。
- ◇ お子さんの目を見ながら、「うなずく」、「相づちを打つ」等の反応をしてあげると、自分が大切にされていると感じ、安心して会話を続けよう、伝えようという気持ちになります。お子さんが自分の考えや気持ちをしっかり伝えることができたなら「よく分かった」、「上手に話せたね」等とがんばりを認めてあげましょう。

### その③ 自尊感情

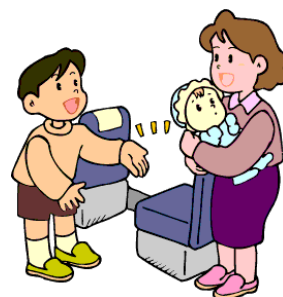
※ 自尊感情とは…自分に自信を持ち、自分自身が大切だと思える気持ちのこと。  
いろいろな能力を伸ばす「種(たね)」だと言われています。

#### Check! お子さんの良さ、がんばりに気づき、たくさんほめましょう!

- ◇ 大人の感覚で当たり前のことと考えず、「大きな声で返事ができる」、「自分で起きる」、「靴をそろえる」等の【目標】を親子で話し合っ決めて、日常の小さな挑戦を見逃さず、積極的にほめましょう。
- ◇ 「すごいね」、「うれしかった」、「助かった」等、ほめ言葉をたくさん持ちましょう。
- ◇ 「〇〇先生(近所の△△さん)が、がんばってるって言ってたよ」等、第三者のほめ言葉を伝えることも効果的です。

#### Check! 毎日できるお手伝いをさせて、成功体験を経験させましょう!

- ◇ 子どもは、これまでにやったことのないことはできません。「カーテンを開ける」、「靴をそろえる」、「テーブルを拭く」等、簡単なお手伝いから始め、要領やコツを大人が教えながら、徐々に【少し難しい役割】に挑戦させましょう。
- ◇ 子どもに「できた」、「最後までやれた」等の成功体験を経験させることが大切です。多少時間がかかっても大人が我慢し、安全に配慮しながら、子どもに任せ、自主的な姿が見られたら、「ありがとう」、「助かった」と感謝の気持ちを伝えましょう。



### その④ 生活の基盤となる体力

#### Check! 「早寝、早起き、朝ごはん」の生活リズムをつくりましょう!

- ◇ 深夜の買い物や外食等、大人の都合に、お子さんを合わせないようにし、親子で話し合っ決めて、「就寝時間」、「起床時間」、「朝食時間」等を決め、取り組みましょう。時間が守れたら、その都度、ほめましょう。
- ◇ 野外での遊びや運動を積極的にさせることや寝る前の1時間は、テレビやゲームを控えさせ、読書や読み聞かせ等をして心を落ち着かせるようにすると早寝につながります。

### その⑤ ルールを守る気持ち

#### Check! 家庭のルールを話し合っ決めてみましょう!

- ◇ 家庭のルール(テレビやゲームの時間、帰宅時間等)を親子で話し合っ決めて、お子さんに任せてみましょう。ルールを守れたら、その都度、がんばりを認め、ほめましょう。
- ◇ 社会のルールを守ろうとする気持ちは、自然に身に付くものではありません。子どもは、大人の何気ない行動や言葉に大きく影響されます。子どもが将来にわたっ社会のルールを守れるようになるためには、大人が、子どもに良い手本を示すことが大切です。

