

たかはな



『仲間を大切にする』 「今日も来てよかった 明日も行きたいと思える学校」 2014.1.24 NO.18

やる気スイッチが入ると、子どもが変わる。

〇〇しなさい。・・・早くしなさい。・・・。なかなか、親の言うとおりにしてくれなくて困っていませんか？

頭ごなしに、「しなさい。しなさい。」では、子どももやる気が起こりません。まずは、やる気を起こす環境を作ってあげましょう。

スイッチの入る環境づくり

- 目標行動（成績が出にくい、習慣化しにくい）をサポートする
- ライバル行動（快感が得られる、すぐできる）を減らす
 - 始める前のきっかけをつくる
 - やる気をくじくものを減らす
 - はじめの一步のハードルを下げる
 - 動機付け（ビジョンとご褒美）
 - 目標と計画を公言させる

環境づくりができれば、次は親の言動。

子どものやる気のスイッチを入れる親の言動

- その問題、難しいね。大変だね。（共感する）
- 勉強を始めるとテレビを消す（協力する）
- 親も頑張っている姿を見せる
- まだ実力の半分も出してないと思う（激励、期
- 自分のペースで。自分で決めて。（信頼する）
- 応援してるよ。あなたならやればできる。（応援する）
- 少し休んだら？と、お茶を入れる（見守り）
- 終わったら遊びに行こう。（約束する）
- 偉い！天才！すごい！（賞賛する）
- 見えない所で頑張っているのを知ってるよ（承認する）
- 一緒にやろう（伴走する）

子ども心にスイッチが入る4つの瞬間

- 好きなことが見つかったとき
- できないことができたとき
- 目標ができたとき
- 人のためにやるとき



子どものやる気をくじく親の言葉

- 早くしなさい（子どものペース無視する）
- やろうとしているとき、やれと言う。

- ・ ○○しなさい(命令^{めいれい})
- ・ ○○しちゃだめ(脅迫^{きょうぱく})
- ・ お姉ちゃんのほうが・・・(比較^{ひかく}する)
- ・ 算数^{さんすう}が良くても国語^{こくご}がこれじゃ・・・(短所^{たんしょ}をみる)

インフルエンザ流行！！

全国的^{ぜんこくてき}にインフルエンザが流行^{りゅうこう}しつつあります。三重県^{みえけん}においては桑名市^{くわなし}、熊野市^{くまのし}で患者数^{かんじゃ}が増えています。桑名市^{くわなし}に隣接^{りんせつ}する四日市^{よっかいち}も今後^{こんご}インフルエンザの流行^{りゅうこう}が懸念^{けねん}されます。すでに小中学校^{しょうちゅうがっこう}で数校^{すうこう}、学年・学級^{がくねん}閉鎖^{へいさ}になっているところがあります。本校^{ほんこう}も今週^{こんしゅう}、数人^{すうにん}の児童^{じどう}がインフルエンザにかかり学校^{がっこう}を休んでいます。日常生活^{にちじょうせいかつ}でできる予防法^{よぼうほう}があります。各家庭^{かくかてい}で予防^{よぼう}に取り組^とんでいただきたいと思います。

にちじょうせいかつ よぼうほう 日常生活でできる予防法



日常生活^{にちじょうせいかつ}ではまず、体調^{たいちょう}を整^{ととの}えて抵抗力^{ていこうりよく}をつけ、ウイルスに接触^{せつしょく}しないことが大切^{たいせつ}です。

また、インフルエンザウイルスは湿度^{しつど}に非常^{ひじょう}に弱^{よわ}いので、室内^{しつない}を加湿器^{かしつき}などを使^{つか}って適度^{てきど}な湿度^{しつど}に保^{たも}つことは有効^{ゆうこう}な予防方法^{よぼうほうほう}です。

1. 栄養と休養を十分取る

体力^{たいりよく}をつけ、抵抗力^{ていこうりよく}を高^{たか}めることで感染^{かんせん}しにくくなります。

2. 人ごみを避ける

病原体^{びょうげんたい}であるウイルスを寄^よせ付^つけないようにしましょう。

3. 適度な温度、湿度を保つ

ウイルスは低温^{ていおん}、低湿^{ていしつ}を好^{この}み、乾燥^{かんそく}しているとウイルスが長時間^{ちやうじかん}空気中^{くうきちゅう}を漂^{たに}っています。加湿器^{かしつき}などで室内^{しつない}の適度^{てきど}な湿度^{しつど}を保^{たも}ちましょう。

4. 外出後の手洗いとうがいの励行

手洗^{てあら}いは接触^{せつしょく}による感染^{かんせん}を、うがい^{かんそう}はのどの乾燥^{ふせ}を防ぎます。

5. マスクを着用する

ハイリスク群^{ぐん}などどうしても予防^{よぼう}が必要^{ひつよう}な方はマスク^{ちやくよう}を着用^{りかん}しましょう。罹患^{ひと}した人^{ひと}では、咳^{せき}やくしゃみの飛沫^{ひまつ}から他人^{たにん}に感染^{かんせん}するのを防^{ふせ}ぐ効果^{こうか}もあります。『人^{ひと}に対して』という意味^{いみ}で『エチケットマスク』などといわれることもあります。