

梨っ子だより

安城市立梨の里小学校No. 8

令和6年11月26日

TEL71-3345 FAX74-5251

URL:<http://www.anjo.ed.jp/nashinosato/>

E-mail nashinosato@anjo.ed.jp

自分と向き合い、苦しさを乗り越える

11月11日より、かけ足を行ってきました。本校のかけ足は、まず、少しずつ寒さとスピードに体を慣らしていくために、担任の先生を先頭にして学級ごとに走り、音楽が切り替わったのを合図に、それぞれが自分の体力や目標に合わせた速度にシフトチェンジして走っています。7分程度のかけ足ですが、体力、持久力を養うとともに、自分と向き合う大切な時間になっています。

その一場面として、子どもたちは走り終わると、「あと少して〇周だった」「途中で歩かずに走れた」など、限界に挑戦した、苦しさと闘ったつぶやきをたくさん発してくれます。また、元気タイムにも黙々と走り、自分の目標に向けて努力している姿もあります。こうした声を聞いたり、姿を見たりすると、子どもたちはかけ足を通して、個々のもつ忍耐力や自制心を、より強いものへと成長させているのだと思います。

さあ、明日はいよいよマラソン大会です。決して楽な活動ではありませんが、おうちの方や先生、仲間の励ましを支えにして、苦しさを乗り越え、その先にある達成感や充実感を味わってほしいと願っています。



怒りの感情を整理し、適切に表現する

子どもの会話を聞いていると、「ウザい」「ムカつく」などの言葉で怒りの感情を爆発させていることがあります。低学年でも高学年でも、こうした言葉を相手に投げってしまうことで、子ども同士のトラブルに発展することがたくさんあります。

「怒り」の感情を抱くことは悪いことではありません。しかし、「ウザい」という表現のままでは、本当に言いたいことや感情が相手に伝わらないし、誰かのせいにして事を終わらせてしまう、という心配もあります。

怒りは、二次感情です。子どもが「ウザい」と言って怒りを表現したとき、その根っこにある感情が何なのかを一緒に考え整理し、適切な感情表現に変える作業が必要だと感じています。例えば、「笑われて悲しかった」「試合に負けて悔しかった」「友達のことがうらやましかった」「相手の態度が不満だった」「約束したのに来なかったから不安になった」…。

子どもたちは、自分の怒りの根っこにある感情が何なのかに気づいたとき、素直に相手に向き合えるようになることが多くあります。

学校でも、家でも、子どもの怒りの感情に出会ったとき、その根底にある感情を適切に言葉で表現できるよう支えながら、相手と関わる力を身に付けていってほしいと思っています。

