

道塚だより

令和4年1月12日
大田区立道塚小学校

校長 大場 寿子

第9号

新：<https://www.ota-school.ed.jp/michizuka-es/>（旧：<http://michizuka-es.ota-school.ed.jp/>）

「小さな目標を達成させながら、努力の仕方を学ぶ」

校長 大場 寿子

2022年、令和4年、新しい年を迎えました。児童の元気な日々が学校に戻ってきました。引き続き、コロナ対策の続く日常が続きます。それぞれの役割の中、みんなで一緒に頑張りましょう。

今年もどうぞ、よろしくお願ひします。目標を決める1月です。脳が専門家のお医者さん、林成之先生『脳に悪い7つの習慣』からのお話の一部です。

「目標を決めて達成に向けて一気に駆け上がる」とときには、自らの脳に対して明確に目標を決めることが重要である。自分が「具体的に何をするのか」「いつまでにするのか」「今日は何をするのか」の3つの視点で目標を具体的に決めること。紙に書いて視覚化することが有効である。

また、自分が確実にこなせる目標を立てること。理由は、「できた!」「やった!」「嬉しい!」と強く感じる経験をもつこと。そうすると脳が「次もまた、あの嬉しい気持ち味わえるぞ。またやろう。」となる。それが自信につながる。逆に、最初から、無理に高いレベルの目標にすると「できなかった。」「やらない方がよかった。」「自分にはそもそも無理なのだ。」ということを選び、ますます自信がなくなる。

脳は本来、「達成する嬉しさ、やり遂げることの喜び」を求めて、頑張りたいのに、なかなかそれが起こらなくなると、脳にも力がなくなり常に半分の力でやる習慣が身についてしまう。

毎日の自分のすべき行動や言動に注目して、「予定通り、今日やるべきことができたか?」という視点で振り返ること。決めたことを実行している自分、続けている自分に喜びを感じるようになれば、結果は後から必ずついてくる、目標にたどりつく。

子供に目標の立て方を学ばせ、努力の仕方を学ばせ、それを自分で評価する方法を学ばせ、自分で自分を育てるには、必要なスキルです。努力が見える化しながら子供を励まし続けます。

【相手に勝つより己に勝て！自分が決めた目標を努力せよ、それが自分に勝つことだ！己の弱さに負けるな！】合言葉は「毎日、すべきことをしよう。自分の立てた小さな目標を、毎日やり遂げていこう。もし、今日の目標が達成できていないのなら、一緒にがんばろう。」と伝え合い、励まし合って、お家では、時に、児童を抱きしめながら支えていただけたらと思います。

そう、目標を立てたことを忘れず、振り返ることを忘れず、新しい自分に挑戦です。

◆1月22日（8：30～10：05）の学校公開・道徳地区公開講座について◆

コロナ感染症の現状が心配なところですが、本年度の児童の実際の学習状況をできるだけ公開したいと考えております。緊急事態宣言等が出された場合などは、クラスごと人数制限をする参観または、3月に延期、または中止になるかもしれません。ご理解ください。連絡が必要な場合は、17日（月）までにはお便り、メール配信します。

また、児童用タブレットによる「令和3年度学校教育活動に関するアンケート」へのご協力本当にありがとうございました。次年度の教育活動の参考にさせていただきます。

早寝・早起き・朝ごはん

栄養士 石黒 ひとみ

1月17日（月）から21日（金）の5日間は、今年度最後の「早寝・早起き・朝ごはん週間」です。ご家庭での子供たちの取り組みはいかがでしょうか。自分で決めた目標時間を守って生活を送ること、栄養バランスを意識しながら朝食を摂ることができているでしょうか。

2学期の取り組みでは、調査カードに「1学期より〇をたくさん書くことができた」や「次は目標時刻を早めたい」という前向きなコメントが多かったようです。寒くなると朝起きるのがつらく感じられますが、引き続き目標を決めてがんばってほしいと思います。

学童期に規則正しい生活習慣を身に付けることは、将来にわたる健康な体作りの土台となります。朝食の準備や子供たちへの声掛けなど、活動へのご支援をどうぞよろしくお願いいたします。早寝早起き、そして体を目覚めさせる温かい朝ごはんをしっかりと食べて、健やかな一年の始まりにしましょう。



書き初め会・書き初め展

書写担当 宮本 実咲

1月12日（水）は、全校での書き初め会です。書き初め会は日本の伝統文化に関わる行事です。新しい年を迎え、気持ちも新たにし、落ち着いて取り組めるとよいです。1・2年生は硬筆、3年生以上は毛筆で、文字の大きさやバランスなどに気を付けて心を込めて書きます。

1月17日（月）～28日（金）に教室前の廊下に作品を掲示します。今年度も学校公開日である1月22日（土）のみ、ご鑑賞いただけます。ご理解の程、お願いいたします。児童の作品が返却されましたら、ご家庭で頑張りを褒めてあげてください。また「書き初め会」で書いた作品の中から、各学年2名を学校代表として、区の書き初め展へ出品します。区の書き初め展は、1月14日（金）～20日（木）に池上会館にて行われる予定です。該当者には後日お知らせをお渡しいたします。

【お知らせ】

◎自学教室〔参加対象の児童に連絡〕

15日（土） 18日（火） 25日（火）
29日（土）

《ワークショップなど》

◎みちづか楽習会〔申込をしてある人〕

8日（土）10:00 算数

◎にっぽんのおどり〔申込をしてある人〕

15日（土）10:15

◎クロームブック体験〔申込をしてある人〕

15日（土）10:00

◎園芸・栽培体験

29日（土）10:30

※詳しくはスクールサポート道塚からのお知らせをご覧ください。



スクールカウンセラー勤務日

火曜日 11・18・25日 岩崎 SC

金曜日 14・21・28日 菊池 SC

一月の予定

二四日（月）	文化振興協会講座（四五年）	二二日（土）	学校公開 道徳授業地区公開講座	二二日（金）	早寝早起き調査終	二二日（水）	音楽朝会 午前授業	二二日（火）	避難訓練（火災）	二二日（月）	早寝早起き調査始	二二日（日）	委員会活動 生命尊重週間始	二二日（土）	体育朝会（高学年）	二二日（金）	体育朝会（低学年）	二二日（水）	体育朝会（高学年）	二二日（火）	始業式 安全指導 三時間授業
二五日（火）	午前授業	二二日（土）	学校公開 道徳授業地区公開講座	二二日（金）	早寝早起き調査終	二二日（水）	音楽朝会 午前授業	二二日（火）	避難訓練（火災）	二二日（月）	早寝早起き調査始	二二日（日）	委員会活動 生命尊重週間始	二二日（土）	体育朝会（高学年）	二二日（金）	体育朝会（低学年）	二二日（水）	体育朝会（高学年）	二二日（火）	始業式 安全指導 三時間授業
二六日（水）	児童集会	二二日（土）	学校公開 道徳授業地区公開講座	二二日（金）	早寝早起き調査終	二二日（水）	音楽朝会 午前授業	二二日（火）	避難訓練（火災）	二二日（月）	早寝早起き調査始	二二日（日）	委員会活動 生命尊重週間始	二二日（土）	体育朝会（高学年）	二二日（金）	体育朝会（低学年）	二二日（水）	体育朝会（高学年）	二二日（火）	始業式 安全指導 三時間授業
二八日（金）	書き初め展終	二二日（土）	学校公開 道徳授業地区公開講座	二二日（金）	早寝早起き調査終	二二日（水）	音楽朝会 午前授業	二二日（火）	避難訓練（火災）	二二日（月）	早寝早起き調査始	二二日（日）	委員会活動 生命尊重週間始	二二日（土）	体育朝会（高学年）	二二日（金）	体育朝会（低学年）	二二日（水）	体育朝会（高学年）	二二日（火）	始業式 安全指導 三時間授業
三二日（月）	クラブ活動	二二日（土）	学校公開 道徳授業地区公開講座	二二日（金）	早寝早起き調査終	二二日（水）	音楽朝会 午前授業	二二日（火）	避難訓練（火災）	二二日（月）	早寝早起き調査始	二二日（日）	委員会活動 生命尊重週間始	二二日（土）	体育朝会（高学年）	二二日（金）	体育朝会（低学年）	二二日（水）	体育朝会（高学年）	二二日（火）	始業式 安全指導 三時間授業

