



西六通信



令和4年9月30日発行 第6号
 大田区立西六郷小学校
 校長 染谷 武志
 TEL3732-9611 FAX3732-9613
<https://www.ota-school.ed.jp/nishirokugou-es/>

「リフレーミング」

副校長 内藤 大地

今年度もちょうど折り返し地点になりました。令和4年度後半は音楽会や展覧会があります。5年生は連合音楽会があります。11月1日の研究発表会では保護者の方にお手伝いをいただきながら区内の先生方に本校の研究の成果を発表します。どうぞご協力をお願いいたします。

さて、人は他人から褒められたり認められたりすると自己肯定感が高まったり、自己有用感をもてたりします。大人もそうですが、特に子どもは褒めてもらいたくてたまらない生き物です。褒めてあげることが良いことだとは分かっている、日常生活の中では叱ってばかりで、褒めることがないという方も多いのではないのでしょうか。

そういう私も、職場では子どもたちや教職員に対しても、良いところを見つけて肯定的な言葉かけをしようと心がけていますが、家に帰るとなんだかんだと家族の行動が気になり文句を言ってしまうがちです。

そこで必要になってくるのが「リフレーミング」です。

リフレーミングとは、ある枠組み（フレーム）で捉えられている物事を、その枠組みを外して、違う枠組みで見ることを言います。例えて言うと、コップに残された半分の水を見て、「もう半分しかない」と思ってしまふところを、「まだ半分もある」と肯定的に捉えるということです。短所と長所は表裏一体です。リフレーミングで物の見方を変えれば、他人の粗探しではなく良い点に気づくことができます。リフレーミング前と後では次のようになります。

- いいかげん→おおらか、小さなことは気にしない
- さわがしい→元気がある、明るい
- 怒りっぽい→感受性が豊か、自分の気持ちが伝えられる
- 飽きっぽい→好奇心旺盛、気持ちの切り替えが早い
- 気が小さい→優しい、我慢ができる
- 引っ込み思案→物事を慎重に進めることができる、安心できる環境で力を発揮しやすい

子どもの特性の一つをネガティブにしか捉えられず、毎日イライラしていたのが、リフレーミングを取り入れることで自分自身の気持ちが落ち着きやすくなるだけでなく、子どもへの接し方が自然と穏やかになるため、その結果として親子関係がより円滑になり、子どもにも親の愛情やメッセージが届きやすくなるというメリットもあるということです。

同じ事象を前にしても、肯定的に捉えるか、否定的に捉えるかで出てくる言葉が違います。

友達の悪いところを指摘し合うクラスはトゲトゲした雰囲気になるし、良いところを認め合うクラスは暖かい雰囲気になります。ですので、学校では友達の良いところを見つけて褒め合うような取組の工夫をします。

子どもは保護者のものの言い方、捉え方を自然と真似るものです。ぜひご家庭でもリフレーミングを取り入れていただきたくさん褒めてあげてください。

教育研究推進校研究発表会について

11月1日（火）に大田区教育委員会教育研究発表会を行います。昨年度に引き続き、今年度も体育科の研究を重ねてきました。今年度の体育科の授業では、運動の特性に触れる「動く楽しさ」と友達や教材と多様に関わりながら学んでいく「学ぶ楽しさ」の二本の柱を中心に研究を深めていきました。また、「パワフルトレーニング24ロック」と題して、体育委員会の児童を中心に学校の中で様々な運動を行うことで、日常的に運動する習慣を付けていきました。そして、取り組みの中では、「ナイス!」「すごい!」「やったね!」と前向きな声を掛け合い楽しそうに取り組む児童の姿が見られました。年度当初に比べてお子さんの運動に対する気持ちの変化が見られましたでしょうか?これまでの研究の成果を広く発信できる発表会にしていきたいと思います。

研究主任

研究について

10月の予定



- 3日(月) 教育実習始 委員会活動(後期始)
読書月間始
- 4日(火) 生活科見学:多摩川土手(1・2年)
- 5日(水) 避難訓練 全学年午前授業
- 6日(水) 安全指導
給食費・教材費引き落とし日
- 8日(土) 東京都教育の日 学校公開日
ミニコンサート(合唱のタベ)
- 10日(月) スポーツの日
- 14日(金) 教育実習終
- 15日(土) 土曜補習
- 17日(月) クラブ活動
早寝・早起き・朝ごはん
強化週間始
- 20日(木) 連合音楽会(5年)
- 24日(月) クラブ活動
交通安全教室(4・5・6年)
- 25日(火) 生活科見学(1・2年)
- 27日(木) チーム集会(掃除の時間帯)
アレルギー会議
- 28日(金) 読書週間・読書月間終



9月20日(火)1年生の体育科の研究授業を行いました。

単元名:ボールあそび

めあて:チームで協力しておばけをたおそう!

ボールを使ったゲーム「げんき!ゆうき!えがお!みんなでおばけをたおしたい!」では、おばけ退治をテーマにしてボール遊びをしました。狙ったところに投げるには、どうやって投げたら良いか、チームでおばけ(的)を倒すにはどのような作戦でやると良いかなどを1年生なりに考えて取り組みました。

「一番下の箱を狙うといいよ!」「みんなでせーのでなげてみよう!」などたくさんの考えが出てきました。

学習の後半には投げ方がとても上手になり、ねらったところに投げられるようになりました。また、技能面だけでなく、チームで協力すること、準備、片付けなども素早くできるようになってきて成長を感じました。今回の研究を今後の生活にも生かしていきたいです。

秋の読書月間

今年は10/3(月)~10/28(金)が「秋の読書月間」です。いつもよりも読書の時間をふやしてみてもいかがでしょうか。長い本は1冊を一度に読もうとすると大変です。宿題のあとに毎日10分ずつ読むのもいいかもしれません。10/17(月)~28(月)に図書委員会が読書イベントを行います。イベントの課題をクリアするとプレゼントがあります。休み時間や図書の時間を利用して、期間中にたくさん本を借りて読みましょう。図書室で待っています!
読書学習司書

ミニコンサート・合唱のタベ

10月8日(土)

♪ミニコンサート:各ご家庭でのオンライン学級会後、事前に録画した演奏を見ていただきます。

♪合唱のタベ:合唱部・合唱団・合同の演奏(出演者のご家族、各家庭1~2名の方がご鑑賞できます。)

昭和30年に発足した合唱団(部)は、学校の歴史と共に歩み、多くの皆様に支えられて今日を迎えています。例年、「ミニコンサート」と「合唱のタベ」という行事を体育館で行っていましたが、今年は感染症対策として、「ミニコンサート」は事前に録画した演奏を各ご家庭でタブレットで見させていただきます。なかなか思うように練習ができない中ですが、こつこつと朝練習を重ねてきました。子どもたちが一生懸命演奏しますので、どうぞお聴きください。

合唱部担当



早寝・早起き・朝ごはん月間です!

大田区の教育施策で、5月・10月は、早寝・早起き・朝ごはん月間となっています。本校では、特に10月17日(月)~21日(金)の5日間を「早寝・早起き・朝ごはん強化週間」とします。この機会にお子さんを含めたご家族全員の生活習慣全体について振り返り、よりよい生活習慣を作るきっかけにしてほしいと思います。「睡眠」「食事」「運動」といった基本的な生活習慣は、すべてが密接に結びついています。抵抗力を高めるためにも、生活習慣はとても大切です。

養護教諭