



# 校門の坂

山田小学校 学校便り 令和6年度第10号 2月20日発 文責 校長

【山田小学校HP <https://cms.miyazaki-c.ed.jp/1363/>】 是非御覧ください！

## 決めるのは、子供自身です！

1月の第4号から今回の第10号まで、いろいろな「おすすめの家庭学習」を書いてきましたが、予定していた内容は、今回が最終回となります。情報が多くて、「結局どれにすればいいの？」と言われそうですが、そこが「主体性」です。自分で決めるのに情報は、多い方が良いのです。お子さんに「決める力」をつけていってください。

## 素敵な新聞記事をご紹介！

少し前の宮崎日日新聞に素敵なお手本が掲載されていたので、紹介します。読んでいて、笑顔になる素晴らしい投稿だと思いました。お母さんも、仕事で疲れたり、家事に追われる毎日でしょうが、こうして、ふれ合いの時間を作られているんだなあと感動しました。

「ギャングエイジ」の長男。「まじだるい」別に、いいじゃん等、生意気なことを言つてみたり、自分の思い通りにならないと足音を立て部屋から出て行く。放課後は大抵友達と遊び、近頃は友達と買い物をする楽しさも覚えた。少しずつ母から離れて行くのをそばで感じている。冬休みのある日、遊び相手の友達が見つからない長男に「お母さんとサッカーしよう」と声をかけ2人で学校へ向かう。がらんとした運動場でPK戦だ。私は足がもつれ、あつという間にゴールを奪われる。できる限り手や足を伸ばし、ゴールを守つた。必死の対決は翌日筋肉痛になるほど、白熱したものとなつた。

冬休みの宿題に長男の苦手な絵日記が残つていた。クリスマス、お正月などイベントがあつた。何を書くかなど添削を待ち構えている私に、長男が完成した絵日記を見せる。そこには「ぼくはお母さんとサッカーをしました。お母さんは足が長くてシートをするのがむずかしかつたです。お母さんは強かつたけど、シートを決めてうれしかつたです」。伸び伸びと描かれた絵もある。長男がこの一場面を冬休みの思い出に選んだことに私も驚き、うれしかつた。長男の頭をなで回す。この子もあの日楽しかつたのか。ご機嫌な母が、この日記を添削なし、一発合格としたことは言うまでもない。

## 日記は脳を鍛えるのに役立ちます！

ここからは、校長おすすめの家庭学習を紹介したいと思います。今回おすすめするのは、「日記」です。日記をつけることは、文章力や語彙力を高めるだけでなく、感情の整理、自己認識の向上、ストレスの管理、創造的な自己表現、過去の反省と学習など、メンタルヘルスに多くの利点をもたらします。日記の習慣は、心の健康を維持し向上させるための強力なツールなのです。

## 紙に書いて残す日記。

自分が経験した出来事や感情を文章にするには、まず頭の中で思考や感情を整理しなければいけません。日記を続けていくうちに「考えや感情を整理して、文章にまとめる」ということが素早くできるようになるため、相手に自分の思ったことがきちんと伝えられるようになっていきます。さらに鉛筆で文章を書くことは脳全体をバランス良く刺激することができます。「書く」のは左脳を使い、「考える」のは右脳を使います。「文章を書く」ことは、右脳と左脳の両方を使い、さらに紙に書くことで、手を動かす運動野が使われる所以、脳全体に良いのです。

## デジタルで残す日記！

デジタルに馴染んだ子供達ならば、デジタル日記も悪くはないと思います。タイピングならば、脳の手の運動を制御する運動野の活性化が期待できますし、タイピングによって言語処理を行う言語野の活性化も見られます。学級の共有機能を使えば、先生に見せたり、クラスで共有することもできますね。しかし、私個人としては、日記は、自分のために書いてほしいし、自分の書いた字で残して欲しい気がしますね。

