

# かがやき

令和3年 6月22日(火)  
多摩市立連光寺小学校  
特別支援教室 かがやき学級  
学級通信 NO. 4

## 「のび太君が嫌いな6月」

6月に入りました。14日には関東地方はこの10年で一番遅い梅雨入りとなりました。それでも世の中の騒動の中で季節がしっかり流れていくことを感じるニュースですね。さて、6月はのび太君が月の中で一番嫌いな月になっています。「1年の中で最も不愉快な6月」というセリフもあります。その理由は国民の祝日が1日もないからです。ただ、この時代(昭和)、小学校は普通に土曜日が休みでなかったことを思い出します。その分、祝日の重さも違っていただのかもしれない。ただ、最近は、6月は5月と同じように疲労がたまりやすい月として認識されることも多いようです。4~5月と頑張っ生活し、自分でも気が付かないうちにストレスをためている。病名ではありませんが6月病にかかりやすいという期間とも考えられます。マンガの中でのび太君は「ぐうたら記念日」という休日を設定します。(昔ののび太君は日々ぐうたらしていますが。)意識的にゆっくり過ごせる時間をつくり、気持ちや体に余裕をもって今年の梅雨も生活していきたいですね。

## 「気持ちが満足すること」

個別指導でも小集団指導でも子どもたちが発することばの中に「満足する」とはこんな瞬間なのかなと感じることがあります。指導中に見たり聞いたりしたいいくつかの場面を紹介します。

- ① 体育的活動をやっていたとき、いつも発言がどうしてもマイナスになりがちなA君。学習でチャレンジしたタイヤ跳び。初めて跳ぶことができました。「やった!!初めてで来た!!」本当にうれしそうな言葉を自然に発していました。何気なくチャレンジしたタイヤ跳びの場面でのエピソードでした。
- ② 小集団指導後、中々気持ちが切り換えられず教室にもどれなかったB君。「じゃあ5分だよ。」担当の先生と二人でボール遊びをしました。5分後自分からボールを戻し「ありがとうございました!」と丁寧にあいさつして教室に戻って行きました。
- ③ かがやきでの個別指導で生活の振り返りをしているCさん。教室での整理整頓を少しずつ意識することができてきたそうです。指導の中で自分の愚痴も含めてゆっくり話を聞いてもらったり整理してもらったり。気が付くことが多くなったのかな。

気持ちが「満足」していくとき子ども達は自分から前向きに動く力を発揮していくのかなと思います。「満足」した気持ちに思いっきり共感してさらなる自信につなげていきたいと思いました。

## 「体をほぐそう・気持ちをほぐそう」

「つかれる・・・」指導している中で子どもたちからよくこんな言葉を聞きます。高学年であればこうしたことで疲れるのかなあと少しずつ言葉で伝えることもできます。でも、低学年の子も含めるとなかなか具体的な言葉になりにくいこともたくさんあるようです。教室で授業を受けている時、子どもたちは多くの力を使います。姿勢を保持して椅子に座る。ノート教科書を準備し、必要なページを探して開く。周囲の音を遮断し、先生の声を聴く。黒板に書かれた字をはみださないようにノートに書く。簡単に言葉にしてもずいぶん多くの集中力や体幹、筋力が求められます。知らないうちに緊張して疲れがたまることもありますね。そんなとき、ストレッチをすると体がほぐれて疲れも改善することがあります。裏面に簡単なストレッチ方法を掲載するのでご一読ください。