

夏休みは、子供たちがそれぞれの家庭や地域で、学校ではできない様々な体験をできる貴重な機会です。また、先生方にとっては、2学期の学級づくりをじっくり構想することができるタイミングです。子供たちが2学期のよいスタートが切れるような学級や個々の子どもとの関わりを考えたり、2学期の行事等を生かした学級づくりについて見通しをもったりして、充実した2学期にできるように準備を進めましょう。



<小学校>

『心のアンテナ』をはって

夏休みを終え、心新たにスタートを切る2学期。前向きな姿に目を向けつつも、1学期とはどこか違う点はあるはず。子どもの表情や言動から、ちょっとした変化に気づける、“心のアンテナ”をはることが大切です。



【生活面の変化】 服装が華美になっていたり、言葉遣いが乱れていたりすることはないか。

【友人関係の変化】 仲のよい友人同士が口を利いていなかったり、グループの中で孤立したりしていないか。

【夏休みの様子】 提出物はきちんと提出されたか。日記の内容が夏休みにふさわしいものか。

夏休みで、良くも悪くも子どもは大きく変化するものです。心のアンテナを敏感に働かせるために、時に子どもとの距離を縮め、時に学級全体を眺め、学校生活の様々な場面で子どもと関わるのが大切です。

子どもがつくる親子レク

親子レクは、子どもたちの楽しい活動です。何をしたいか、何のためにやるのか、学級で話し合ってみましょう。(学年・学級の実情に応じて)

【願う子どもの姿】

- ・自分がしたいことではなく、みんなや親が楽しいことを考えたい。(目的意識・相手意識)
- ・親にアンケートを取ろう。招待状をつくろう。教室を飾ろう。(問題解決能力・実践力)

【配慮すること】

- ・保護者が来れない子どもには、担任と一緒に活動したり、声かけをしたりして、温かく見守る。

子どもたちは、自分たちでつくった親子レクを通して、達成感や学級への愛着を深めるでしょう。担任は、子どもの育ちと学級の成長を子どもと親に伝えましょう。



<中学校>

生活のリズムを整えるための基本

長期休み明けは、生活のリズムが乱れがちです。自分自身の生活をチェックし、整えましょう。

- 朝は日光を浴び、朝食をとる！
➢体内時計のリズムを整えます。
(休日も同じ時間に起床しましょう)
- 日中は「しっかり」活動する！
➢適度な運動が、睡眠の質を高めます。
- 夕食は就寝の2時間前までに！
➢胃が活発だと睡眠の質が低下します。
- お風呂は早めに入る！
➢入浴後のリラクセスが眠りを誘います。
- 寝る前にテレビやスマホの画面を見ない！
➢強い光は眠りを妨げます。

食事、活動、入浴、睡眠…
基本的な生活習慣を大切に！



参考「早寝早起き朝ごはんで輝く君の未来」
～睡眠リズムを整えよう！～ 文部科学省

生徒、学級の成長につながる地域学習

地域学習は、地域への誇りや愛着、学ぶ意欲や所属感の向上が期待できます。また、地域の方に認められる場面も多く、自己肯定感を高めることにもつながります。二学期の学級活動等に位置付けてみてはいかがでしょうか。



地域学習の活動例

その1 地域の伝統を知ろう

活動例：地域の伝統料理、伝統行事、伝統産業などを調べたり、体験したりする。

その2 地域の課題を考えよう

活動例：地域の福祉、環境、産業等を調べ、課題を見つけ、課題解決に取り組む。

2つ活動例の共通点

- ・地域の「人、もの、こと」に触れることで、地域への関心、愛着が深まる。
- ・学級で取組んだ体験や主体的な課題解決への取組によって所属感が高まる。