

「保育者の実感が大切! ちょっと気になる子どものSOS」

日本体育大学
野井真吾 先生

最近の子どもたちの気になる



- からだのおかしさ... 生活習慣の乱れ? さらば! 眠りのホルモン「メラトニン」の分泌を促す生活とは?

昼間は...

- 太陽の光
- 適度な身体活動力
- 規則的かつ食事摂取
- 日時間を意識した生活

散歩が good!!

夜間は...

- 暗環境

(外遊びの減少による日中の受光不足、あるいはテレビゲーム、スマホ等のスクリーンタイムの増加による夜間の受光が、子どものメラトニン分泌を抑制して生活の乱れを引き起こしているのかも...)



- 心の育ち... 早期教育のための...? しつけ教育のための...? 道徳教育のための...? と言われているが、子どもの元気を引き出すためには、ワクワク・ドキドキ!! が大事。だとすると **自由に遊ばせる** がいいですね。

特に 「おねだり遊び」 や 「外遊び」 がおススメです。

落ち着きがないと言われる子
への...!!

昼は子どもが子どもらしく ワクワク・ドキドキ しながら、夢中 になれるような取り組み、興奮 できるように取り組みを仕掛けてみよう。

*

そもそも子どもは 君羊 されて育つものです。換言すると「ろ密」が子どもを育てることも言えます。そのため、with コロナ時代の日常においては、身体的な「ろ密」を回避しつつ、子どもの声に耳を傾けて、それに寄り添い、精神的な「密」をどのように作りだしていくかが、当面の課題として問われています。

○ コロナ時代中の子どもの困りごと・保護者の心面ごとの調査の中から

小5: 「学校があれが楽しく勉強できるのに、一人ではやる気がでない」

小6: 「一人で勉強したら自分の意見と正解の分がわからぬ。たとえ伝えたくても友だちの意見を聞きたい」

(子どもからこのような声が出てきそう)

ヒトは人間でもありません。人間は「人の間」と書くように、一人で進んで生きていくではありません。家族や仲間とともに、協力・共存しながら進んでいきます。

つまり、私たちが人類は生きるために重なり、子育てのために協力 しながら進んでいくといえます。もっと言うと、私たちが人類は、重

重 いてヒトになり、君羊 されて人間になる

といえるのです。二からの時代、社会でも自覚しておく必要があります。

☆ 「よいか減」のススメ!!

まずは、子どもだけでなく、私たちおとなも 楽しみ・のんびり・輝きながら 「よいか減」を探求していくことも大切だと思うのです。



よいか減はほんとうに



メモ
夫日の研修で
ガッテン目と思ったことを
みなさんにお伝えします。
レポートはいいですが... 各
詳しく知りたい方は西田まで。

心の密は大事にしたいですね