

監修：白井市教育センター室学習支援アドバイザー 青木清一
発行元：白井市教育委員会（生涯学習課 492-1111 内3433）

平成27年7月発行

「家庭教育通信」は、子どもたちの健やかな成長を願い、よりよい家庭教育について、皆で考え行動することを目指して、白井市教育委員会が情報を発信するものです。

夏休みを有意義に！

まもなく子供にとっては楽しい夏休みがやってきます。

夏休みは幼稚園や小学校の生活から、家庭での生活が中心になります。その分、保護者の負担も増大します。保護者にとって夏休みを楽しいと感じるか、苦しいと感じるかは家庭での過ごし方にあります。この夏休みの家庭生活を上手に乗り切るにはどのようなことに留意すれば良いかを考えてみました。



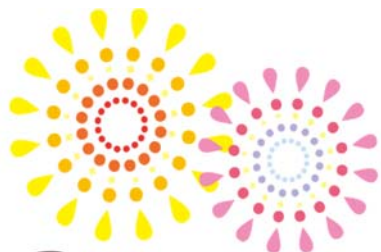
1. 規則正しい生活を送らせる

だらだらとした生活を送ると、9月からの幼稚園や小学校生活に慣れるまでが大変です。特に「朝寝坊」は厳禁です。決まった時間に起きて、食事をして、決まった時間に寝る。夏休みでも生活のリズムを安定させることで子供の体調を維持できます。有意義な夏休みを送るには一番大切な要素です。

2. 家族の一員としての役割を分担する

家族の一員を自覚させるには発達段階に応じて役割を分担して下さい。例えば、食事の準備や後片付け。植物等の水まき。ペットの管理。小学校の高学年になれば、買い物や掃除など。夏休み期間中継続させることが大切です。

その時に必ず、「お母さんは助かりました」「お父さんはうれしいです」などと言葉をかけて下さい。子供がお手伝いをやっているところを観て、認めて、褒める。スキンシップもはかり、愛情を十分に注いであげて下さい。



3. たくさん遊ばせる

子供は遊びながらいろいろなことを学びます。たくさん遊ばせて下さい。

ただし、その時に注意することは ①誰と遊ぶのか ②どこで遊ぶのか ③どんな遊びをするのか ④何時に帰るのか を確認し、約束を守らせることです。

子供同士で行っては行けない場所や立ち入り禁止の場所を守らせましょう。夏休み中の事故は子供だけで遊んでいるときに起こる場合が多くなります。



4. 学習や運動も適度に頑張らせる

これは、せっかく身に付いた学習習慣を維持させることがねらいです。この機会に机で学習する習慣を身に付けさせたいものです。

10分でも良いので、毎日継続させましょう。

そして、読書。幼児から小学校1・2年生くらいまでは保護者が頑張って読み聞かせをしてあげましょう。やがて自分で読みたい本を読むようになります。これが読書習慣です。夏休みには一緒に図書館へ行くこともお勧めです。また、小学校高学年においては、普段読めないような長編にもチャレンジさせましょ

う。特に夏休みは課題図書も読ませてみてください。読んだ後に親子で感想などを話し合えれば素晴らしいです。ここでも子供の頑張りを認め、褒めて、意欲を高めましょう。

運動も大切です。運動を通して体を鍛えることはもちろんですが、体力を維持するためにも運動は欠かせません。ただし、暑いので熱中症対策に十分留意して下さい。外での運動は日よけの帽子着用、小まめな休憩、水分補給を忘れずに。



5. 普段できない体験や経験をさせる

お泊まり会やスポーツ合宿等に参加させ、自宅以外での寝食を体験することはとても良いことです。

お勧めは白井市教育委員会生涯学習課で実施している事業「房総アドベンチャー」や県立少年自然の家の事業に参加させることです。やや遠い所では、国立那須甲子青少年自然の家や国立妙高青少年自然の家で実施している事業があります。募集人員が少ないので、早めに申し込むことが重要です。国立妙高青少年自然の家では幼児キャンプがあり4才、5才の親子で参加できるプログラムがあります。それぞれの自然の家では小学校5年、6年から参加できるプログラムがあり、「かわいい子には旅をさせよ」ということわざどおり、実際帰って来た子供は間違いなく変身（成長）したと感じられます。夏休みは申し込み締め切りに間に合わないと思いますが、冬休みも体験プログラム（ウインタースポーツ等）がありますので、インターネットなどで検索して、記憶にとどめておいて下さい。

一番大切なことは家族で一緒に過ごすことです。家族での思い出もつくれますし、家族の絆を深めることができます。千葉県には観光地がたくさんあります。いつもと違う所に家族で出かけることに意義があります。遠くへ行かなくてもぜひ、計画してみてください。

それでは、子供も大人も楽しく思い出に残る有意義な夏休みが過ごせることをご期待申し上げます。

