



## 1年生になったら(1)

### 小学校入学に向けて① ~生活の中でできる準備~

4月に小学校入学を迎えるこどもたちにとって、小学校はどのようなところでしょうか。初めての学校、初めての先生、初めてのお友だち。お子さん自身のペースで少しづつ慣れていくよう、周りのおとなは上手にサポートしてあげたいですね。

こどもの成長を嬉しく思う一方で「何か特別な準備が必要?」「なんでもひとりでできるようにしておかないといけないの?」と不安を感じる保護者の方もいらっしゃるかもしれません。でも、心配しすぎないで!保育園や幼稚園等で、すでに集団生活の練習は始まっています。小学校でのごし方は、実際に通いながら身につけていきましょう。

今回は入学に備えてふだんの生活の中で無理なくできる工夫をいくつかお伝えします。

#### <時間割のある生活>に備えて

昼間はしっかり活動し(遊び)、夜はぐっすり休む(眠る)、メリハリのある生活を意識してみましょう。食事やおやつの時間も生活リズムを整えてくれます。

#### <給食>に備えて

多少の好き嫌いや食べる量が少なくとも大丈夫。「無理なく、おいしく食べられる」感覚や「みんなで一緒に吃るのは楽しいな」という気持ちを大切に育てていきましょう。

#### 身の回りのこと

できる範囲で自分でやってみるよう、「ここまでやってみようか」などの前向きな声かけをして励ましてあげてください。お子さんの様子を見守り、ひとりでは難しい時は「いっしょにやってみようね」と手助けしてあげましょう。途中までであっても、お子さんが挑戦した気持ちやがんばれたことをしっかりとめてあげてくださいね。「はじめは難しくても、だんだんできるようになる」という見通しや「じぶんでできるとうれしいな」というやる気が育っていきますよ。

#### <教室で座って勉強すること>に備えて

学習活動の基礎になるのは「遊び」です。体を大きく動かす遊び、手先を使う遊び、ごっこ遊び、砂遊びや水遊び、遊具やおもちゃを使った遊び、ルールのある遊び、工作など。お子さんはどんな遊びが好きですか?どんなことに夢中になっていますか?好きな遊びに生き生きと取り組める時間を大切にしてあげてくださいね。