



「運動」のつまずきは「運動」で克服!

小学校では運動=価値

苦手意識は克服できる

他人との比較で自分が劣っていると感じるときに「苦手」を認識してしまっ、伸びる力がフレキがつかかかってしまうことがある。低学年では、運動や算数が、そのきっかけになることがある。でも、親のちょっとしたアシストで「つまずき」は回避できます! ポイントをまとめてみましたので、入学前の予備知識としてチェックしておいてください。

足が速い、遅いは、子どもにとって一ターマ。かけっこ速い子は人気者で、遅い子はどくでもからかわれる対象になりがちからです。でも、高学年になるにつれ、楽器の演奏が上手になったり、勉強の成績がばつぐんによくなったりで、足の速いなんて扱ってもらえる場面がどんどん出てくるので、心配することはありません。ただ、そこに行き着くまでの低学年のうち、「運動」のマイナス面は「運動」で克服しないと、精神的に折り合いがつかないものなのということも覚えておきましょう。

スイミング

きちんとした泳法を教わると、多くの子どもは泳ぐことができるようになります。また、泳ぐ距離や種目が増えたり、級が上がったりすることで、小さな成功体験を積み重ねることができると、とてもいい運動だと思います。

長距離走(マラソン)

短距離走は、努力してもなかなか速くなるものではありません。でも、長距離走は、毎日走ること、確実に能力がつくものに、がんばりやさんに向いています。「私は中・長距離走者向きなの」と、友だちに脚をはれるようにもなります。

武道やテニス、卓球、ゴルフ

空手や剣道、テニスなど、学校では披露できないけれど、「できる」運動がひとつあることは、とても大きな自信につながります。



高濱正伸の毎日子育て ガッツポーズ

第4回 「子どもの苦手はどう向き合うか」



PROFILE
花まる学習会 代表
高濱正伸先生

東京大学農学部卒、同大学院農学系研究科修士課程修了。1993年に「作文」「読書」思考力「野外体験」を重視した、小学校低学年向けの学習塾「花まる学習会」を設立。父母向けの講演会は、年間3万人が参加。「情熱大陸」など数々のドキュメンタリー番組でも取り上げられ話題に。10歳まで育てたい算数脳「わが子をメンが食える大人」に育てる」など著書も多数。

高濱ヒント
1
好きなことへの対応は「苦手」を克服してしまわない

「子どもも、苦手」と感じるスタートは他人との比較です。どんな分野でも、できる人、できない人が半数ずつくらい存在するもので、スパーマンでもない限り、他者と比べて劣っている分野がある。

子どもの「好き、嫌い」は、自我の目覚めとともに多岐にわたっていきまよ。乳幼児期は、食べ物の好き嫌いをなんとか克服させてきました。同じように、これからふらふらであるという「算数は嫌い」「体育は苦手」といった、嫌いな「苦手」も、親の努力でなんとか回避できるものなので、しよか……。教えてくれない、高濱先生!

あるのははたがたがないこと。人より上手にできないと感じることはあつて当然。ただ、その「苦手」をコンプレックスにして、心を縛ってしまわないようにすることが大切なことです。

サッカー教室に通っている子どもが「Aくんはリフティングが10回できるのに僕は……。」と感じるところまではいいんですけど、肝心なのは、リフティングができないことがコンプレックスになって、サッカー自体を嫌いに陥ってしまうこと。そのためには、親や周囲の対応が重要になってきます。

多くの親が「やらせてあげよう」と思っているのは、親が「Aくんはリフティングが10回できるのに僕は……。」と感じるところまではいいんですけど、肝心なのは、リフティングができないことがコンプレックスになって、サッカー自体を嫌いに陥ってしまうこと。そのためには、親や周囲の対応が重要になってきます。

高濱ヒント
2
好きなことへの対応は「直球でほめる」

何かできないことが見つかったり、うまくいってないときは「でも……」ではなく、その場面で「よくやっていますね」と、ただただ気持ちに寄り添って共感し、ぎゅっとしてあげるといい。そして別の分野で本当に素晴らしい面を見つけたら、子ども自身の「伸び」や「成果」が見えたときに全力でほめたえればいんですよ! 「ロールのフォームがすばらしいよ」等々。子どもは「何かひとつでも自信が持てて、好きな分野を見つければいい力を持続けられるものです!」

配慮≠真心
まだできないことには共感を。
落込んだ子どもの心は、自然に戻ってきます。
そして別の分野でまっすぐほめる!
= 自信になる

イン ガッツポーズ これだけで改めて……子育ては長期戦!



図形問題を苦手にしない準備は今からできる!

図形問題でつまずく原因は「空間認識力」の低さといっいでい。物体の位置、方向、間隔などをすばやく把握し、認識する力が培われていけば、苦も無く吸収できる学習内容なのです。遊びの中で、楽しみながら力を身につけておきましょう。

積み木、パズル

積み木やブロック、パズルなど、形を意識しながら遊ぶおもちゃは、空間認識力を育てるのに最適。「算数学習」として図形を目にしても、抵抗なく扱うことができますよになります。

外遊び

ボール投げや木登り、かくれんぼなどは、空間や立体、距離感、俯瞰のイメージを体感しながら養うことができる遊びです。



学習の苦手意識は算数の克服で回避

「文章題」を克服することがカギ

算数の「つまずき」を最初に生むのは、「文章題」でしょう。計算問題は漢字学習と同じで、ドリルなどで反復学習をすれば、誰でも必ずできるようになるし、スピードアップもしますが、それと同じアプローチでは絶対にできるようにならないのが文章題。それだけに、決定的なコンプレックスを生んでしまうのです。

文章をイメージしながら読み取り、出題者が求めている答えを導き出すことは、なかなか繊細で難しいこと。発達段階的にも大きな壁なので、つまずかないように今から準備をしておきたいですね。

クイズ方式でトレーニング

絵本の一部や創作ストーリーでもいいので、短い文章を子どもに聞かせます。そのあと「さて、クマさんが道で見たものは何だったでしょう?」という具合に質問をします。話にでてきた内容を答えるために、細かい部分まで逃さないように、集中して聞くようになります。整理して記憶する力もつきます。

「なぜとき」でトレーニング

子どもたちが大好きな「なぜとき」も、思考力の訓練になるのでおすすめ。答えを導き出すためのヒントの見つけ方や、問題内容の整理のしかたなどが、スピーディーにできるようになっていきます。

精読力を身に付けよう!

文章題を解くには、頭の中で整理しながら一言一句、飛ばさないように文章を正確に読み取る「精読」ができません。ストーリーを楽しむ読書とは全く違った「読み方」なので、トレーニングも必要です。