

子どもといっしょに チャレンジ!

子どもと考えた
生活改善プラン!

保護者のかかわりプラン

早寝のために...

目標

例: 9時に寝る

目標達成のための方法

例: 8時50分にはテレビを消す



のために...

目標

目標達成のための方法



のために...

目標

目標達成のための方法



子どもと考える生活改善プランの立て方!

次の手順で上の表に書き込んでみよう。

- ① 子どもが目標を決める。(9時に寝るなど)
- ② その目標を達成するために、具体的な方法を決める。(テレビを消すなど)
- ③ 子どものプランがうまくいくように保護者は、かかわりプランを考えて取組を進める。(一度、9時にテレビを消すなど)
- ④ うまく実行できなかったら、プランを子どもといっしょに話し合って立て直す。

目標を達成できたか点検してみよう!
(点検表例)

日	月	火	水	木	金	土
1	○	×	△	○	○	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

カレンダー

子どもの発達段階と保護者のかかわり方



前期 (小1・2・3・4)

今はこんな時期

- 保護者のすることを見て自分の行動を決める。
- いろいろなことに興味や関心をもつ。
- 自分の欲求がどどんふくらんでくる。
- 自己中心的な考えを通そうとする。
- 遊びを通して、社会のルールを見つける。
- 知的な発育がいちじるしい。
- 行動範囲が広がる。
- 口答えや反抗が少しずつ見られる。
- 男女としての意識が芽生える。
- 男子は特に仲間関係が広がる。
- 女子は少数で密度の濃い関係を作りたがる。

保護者のかかわり方

- ◎自分の身の回りのことは、自分でできるようにうながす。
- ◎認められたいという気持ちが強いため、保護者からほめてあげることが大切である。
- ◎子どもの話をたくさん聞く。
- ◎理屈を言っても反抗するときは、順をおって納得させながら話し合うことが大切である。
- ◎計画的にお金を使うことも大切な学習。おこづかいは、使い道をアドバイスしながら子どもに任せてみる。

接続期 (小5・6・中1)

- 身体の発育がいちじるしく、大人になる準備が始まる。
- 思春期に入りはじめる。
- 友だちと同じ服装や言葉づかいをしたがる。
- 大人並みに考えることができ、他者批判が強くなる。
- 集団としての連帯感が強くなる。
- 保護者よりも友だちとのかかわりを大切にしたいがる。
- 急激に成長する時期だが、精神的には不安定である。

- ◎友だちとのちがいがも気になりだし、不安を抱えるときでもあるので、自分のよさに気づかせ自信を持たせる。
- ◎任せられる仕事もふえるので、家事を分担し責任感や自立心を育てていく。
- ◎小学生までのように、なんでも言うことを聞くことがまれ。口やかましく言ったりせず、子どもを信頼し、やるべきことは何かを考えさせ、自分で判断させる。

後期 (中2・3)

- 急激に成長する時期だが、精神的には不安定である。
- 心の成長が身体の成長に追いつかず、行動をうまく制御できないことがある。
- 周りからどう見られているか気になる。
- 友だちに対して、保護者に言えない悩みを打ち明けたり、自分の将来や夢について相談したりできる心の友をもとめるようになる。

- ◎子どもの自主性に任せることは大切だが本人と約束ごとを本人に納得させながら話し合う。
- ◎きちんとルールづくりしておく。
- ◎「親離れをする時期」になっていることを理解し、子どもから信頼を得る行動をする。

「学ぶ力」の向上をめざして

福岡市教育委員会

学力向上には、家庭学習や基本的な生活習慣の定着が学校での指導とともに関係していることが明らかになっています。

子どもたちの学ぶ力を育むために、私たち大人は、どういったサポートをしたらいいのか参考にしていたらと思います。

初めからすべてに取り組むことがむずかしいときは、「まずはできるところから」「できる範囲」ではじめましょう。

☆子どもが一人で、今までの生活習慣を改めていくことは、簡単なことではありません。

保護者として
支援できること

1. 家庭での生活習慣の定着を図ろう。
2. 子どもとのふれあいを大切にしよう。
3. 家庭での学習習慣の定着を図ろう。
4. 家庭での生活について計画を立てよう。

無理はせずに
できることから
やってみると
いいよ。

