

## スマイル サポート

Smile Support

NO.2 「運動会に向けて」  
新潟市立万代長嶺小学校  
特別支援教育部  
令和5年5月22日発行

## 自分の成長を自覚できる子（運動会）

昨年度に続き、今年度も学校行事に合わせて、社会的スキル訓練を実施します。5月27日（土）は運動会です。子どもたちの中には、運動が苦手、徒競走の順位や勝ち負けへのこだわり、感覚過敏（ピストル、マイク、音楽などの大きな音、太陽の光、グラウンドの砂）、大勢の人に見られることなど様々な原因にストレスを感じている子もいます。練習や応援で疲れが見られるお子さんもいます。不安やストレスを感じていても、理由がよく分からない、自分の気持ちを言語化して説明することができずに、イライラしてしまうことがあります。それでも、学校行事は集団との関わりを学んでいくなど、そこまでの過程を通して学ぶことがたくさんあります。

朝の登校しぶりはないでしょうか。運動会は自分のめあてや身体を動かすことを楽しみながら参加することを目標に、参加してよかったと思えることも大切なことです。それが、自己肯定感を高めることにもつながります。運動会では、下記の2つのスキル獲得に向けて指導をしています。



## ◇運動会で獲得したいスキル①「自分の目標に向かってがんばることができる」

今年度の学校が目指す子どもの姿は「目標に向かって進んで取り組み自分の成長を自覚できる子」です。運動会前に目標を立てて、その目標に対して振り返りをします。ご家庭でも運動会前にお子さんの目標を確認していただき、目標達成に向けて頑張る姿や良かったところをたくさんほめてください。



## ◇運動会で獲得したいスキル②「あたたかい言葉かけができる」

＜あたたかい言葉掛けの例＞

- ・「ほめる」・・・「がんばったね。」「すごいね。」「おめでとう。」
- ・「励ます」・・・「応援がんばろう。」「最後まであきらめなくて走ろう。」
- ・「心配する」・・・「だいじょうぶ。」「たいへんそうだね。手伝うよ。」
- ・「感謝する」・・・「ありがとう。」「助かったよ。」
- ・「共感する」・・・「そうだね。」「緊張するね。」



## 【ご家庭でのあたたかい言葉掛けの例】

＜運動会まで＞

何かこまっていることがあるの？  
今の気持ちを話せる？ **（寄り添う）**

目標に向かってがんばろう。 **（励ます）**

練習がんばったね。運動会を楽しもう。  
**（がんばりを評価する）**

睡眠をしっかりすると、心も体もすっきりしてリセットできるよ。 **（体調管理）**



＜運動会当日＞

最後まであきらめずに走ったね。  
係の仕事、よくがんばったね。  
友達と楽しそうに応援していたね。  
**（がんばりを評価する）**

徒競走の前に緊張しながら待っているのが分かったよ。ドキドキしたね。 **（共感する）**

去年は運動会を嫌がっていたけど、今年は楽しそうに参加していたね。 **（成長を教える）**

不安やストレスを感じるお子さんが困っているときに寄り添ってもらえたという経験は安心感をもつことにつながります。困ったときは誰かに話そうという気持ちになります。お子さんは保護者様から運動会でがんばったことやできるようになったことの話聞くのはうれしいものです。自分の成長を自覚することもできます。たくさん声掛けで楽しい運動会になるように願っています。