

1月の家庭教育月間目標

そとでげんきにあそぼう！

子どもたちの体力が低下しています

子どもの成長にとって、楽しく身体を動かして遊ぶことはとても大切です。身体を動かすことによって得られる体力は、人間の活動の源となるものですが、子どもたちの体力は低下してきています。また、乳幼児期は、走る、跳ぶ、投げるなどという基本的な動きを学習し、運動の仕方を身に付ける大切な時期です。

親子のふれあいや仲間との交流を深めながら、さまざまな外遊びを通して、いろいろな身体の動きを学習させるとともに、身体を動かす楽しさを教えましょう。

人生で大切なことを、自然の中でも学びましょう

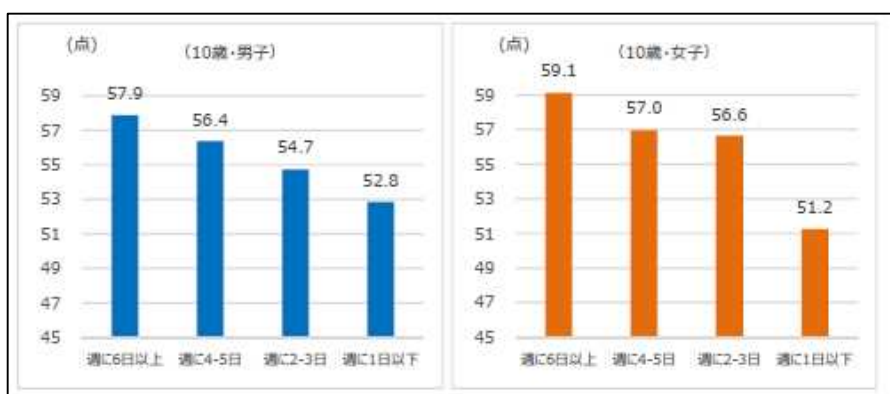
テレビやテレビゲームなど屋内の遊びが増え、自然の中で遊ぶことが少なくなっています。野外で遊ぶことをすすめたり、実際に自然の中に連れだしたりして、動植物や自然とふれあう楽しさに気付かせましょう。自然の中で遊ぶことで、驚きや感動を体験し豊かな感性を育むとともに、自然や環境を大事にする心や忍耐することの大切さなどを学びます。

年上・年下の友達と遊ぶことは、とても大切なことです

年の違う集団の中で、子どもたちは人間関係についてたくさんのことを学びます。年少の子はルールを守ることや我慢することの大切さなどを身に付け、年長の子は思いやりの心や集団をリードしたり役割を果たしたりする責任感を養っていきます。

身近な地域のボランティア・スポーツ・文化活動・青少年団体の活動などは、それぞれ年の違う集団の中で子どもたちが切磋琢磨する貴重な機会を提供しています。親はその大切さを見直し、子どもたちを積極的に参加させましょう。

(「文部科学省Webページ「家庭教育手帳」参照)



入学前の外遊びの実施状況別新体力テストの合計点



毎月第3日曜日は

「家庭教育・家庭の日

(いきいきサンデー)」です 奈良県立教育研究所

左図のように、男女共に小学校入学前に外遊びをしていた頻度が高い群ほど合計点は高くなっており、入学前に週6日以上外遊びをしていた群と週1日以下の群とでは、男子で5点、女子で8点程度の大きな差となっています。

小さいときから運動習慣を付け、健やかな身体を育てましょう。

(スポーツ庁Webページ「平成28年度体力・運動調査」参照)