

# 活動に「動」と「静」のメリハリをつけることが大事です。

令和2年8月4日（火） 篠原校長

学校は6月からの開始でしたが、一学期も今週で終わりになります。幼小 中学部とも充実した学習活動が行われていたと思います。子供達が楽しそうに生き生きと活動するたくさんの良い場面を見せていただきました。皆さんに感謝です。

7月中旬のころでした。幼稚部の廊下を歩いていると、にぎやかな歓声が聞こえてきます。のぞいてみると、教室いっぱいにはらまかれた新聞紙の中で、子供達がにこやかに歓声をあげて遊んでいます。ふわふわの新聞紙の山に潜り込んだり、新聞紙の山にダイビングしたり、新聞紙の塊に体当たりしたり、新聞紙の切れ端をたくさん抱えて高く放り投げたり…。思いっきり身体を動かして、大きな声を出しながら、嬉しそうに遊んでいました。きっとストレス発散したことでしょう。

ほとんどの子供達は、身体が埋まるくらいに いっぱいにたまったカラーボールのプールで遊ぶのは大好きですね。ダイナミックにはらまいた新聞紙も同じ感覚でした。



衝動性、多動性が見られて、行動のコントロールがなかなか身に付かないという声を聞きます。日常の活動の中で、「動」と「静」のメリハリを明確に体得させることが、大事といわれています。「動」の活動では、思いっきり声を出させて激しく活動させて、「動いていい時」を体得させます。そして、「静」の活動では、ひそひそ話の声やじつと静かにしていると心地よいという「静かな活動の良さ」を体験させます。

この違いを体得させて、動も静もどちらも良いこと、コントロールすることがとても大事なことを その都度、確認することが大切です。

行動をコントロールさせるために・・・動と、静を意識させる

活動にメリハリをつける

大きな声を出していいとき



思いっきり声を出させて  
激しく活動させる

小さな声ですごすとき



静かな活動のよさを  
体験させる

この違いを体得させることが、行動のコントロールにつながる