



# はじめの一步

教室ブログ更新中(<http://onestep-mtj.com/>)

vol.81

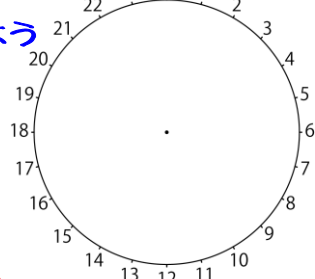
## 2022年の夏休みの過ごし方、決めませんか？



子どもにとっては楽しい夏休みですが、親は手放しでは喜ばませんよね。昼食を準備したり、自由研究のテーマを一緒に考えてみたり、夏の思い出作りを計画したり…。思い切って留守番に初挑戦させることもあるでしょう。40日は長いようで、あっという間です。良い方向にも悪い方向にも成長することができるのが夏休みです。今回は夏休みをより上手に過ごして、子どもが大きく成長できるよう予め計画を立ててみませんか？

### ① 一日の生活リズムを

#### 大まかに計画しよう



※基本的には学校があるときと同じリズムで過ごさよう意識しよう。

### ② 宿題をリストアップし×切を決めよう

- \_\_\_\_\_ ⇒ / ( ) まで
- \_\_\_\_\_ ⇒ / ( ) まで
- \_\_\_\_\_ ⇒ / ( ) まで
- \_\_\_\_\_ ⇒ / ( ) まで
- \_\_\_\_\_ ⇒ / ( ) まで

※お盆休み明けにある程度片付いていると楽ですよ。

### ③ 自分の苦手と向き合おう

『 \_\_\_\_\_  
をできるようにしたい!!! 』

※前学年の復習でも1学期の復習でも縄跳びでもOK♪

### ④ 自分自身と向き合おう

『 \_\_\_\_\_をやってみたい!!! 』  
『 \_\_\_\_\_になっていたい!!! 』

※将来の夢…までじゃなくても、来年の自分でも◎。

## 過ごし方次第で休み明けの学校生活に大きな差が出ます

チャイムで区切られた生活を毎日過ごしていた子どもたちに、ふと自由な時間が与えられると…やはり楽な方向へ進みがちです。ここからは保護者様へのお願いになります。

### ① 生活リズムを崩させない

⇒夜更かしをして昼頃まで寝ている…、毎日部屋でゲームをしてあまり動かない生活を…、好きなものだけを食べて生活する…。このような生活を40日近く続けていると、休み明けの学校生活が辛くて、不登校などにつながるケースも少なくありません。

### ② 自分のことは自分でできるようにさせる

⇒親がやったほうが早いのでいつもはやってしまうようなことも、時間に余裕のある夏休みはやらせてみましょう。自分の身の回りのことを自分でできるように習慣づけてみましょう。

### ③ 家族の一員として、家事を任せてみる

⇒毎日、無理なく続けられる家事を任せてみましょう。洗濯物をたたむ、お米をとぐ、お皿を洗う、靴を揃える…など。夏期講習中にふと「洗濯物取り込み忘れた。」「風呂だけ洗ってく。」「と一時帰宅する子も毎年います。任されることで“自己肯定感”も高まり一石二鳥です。

## ごあいさつ

こんにちは！ ONE STEPは個別指導の目標達成塾です。

未来を作る子どもたちが、自分自身の目標を持って前に進む姿を、保護者様と一緒に見守り、時に悩み、時に笑い、共に喜ぶ。心を寄せて子どもの成長を導いていくことが私たちの務めだと思っています。

教室を開校して12年が経ちおかげさまで、兄弟姉妹でお通いいただき、ご家族とも長いお付き合いをさせていただけるようになりました。これまでのたくさんの出会いに感謝し、お礼の気持ちをこの地域に還元したいと、教育情報誌をお配りしております。小さい塾なので、大きなことはできませんが、小さなことこそ大切にしている地域に根差した個別指導型の学習塾です。