



### “中1ギャップ”を乗り越えよう！

12月4日、勝山中学校において入学説明会が開催されました。早いと感じるかもしれませんが、中学校への準備を早目に始めておくことで「中1ギャップ」が乗り越えられるでしょう。そこで、中学校の先生から中学校に向けてのアドバイスをいただきました。

中学生になった時に、新しい環境での学習や生活にうまく適応できないことがあります。

中1ギャップを乗り越えるためにも、入学までにしっかりと準備しておこう。

小学校と中学校の違いは、大きく分けて「学習面」と「生活面」です。

#### 「学習面」

小学校に比べて勉強量が多くなり、その分授業のスピードが速くなります。また部活が始まることから、限られた時間をどう使うかが大切になってきます。こうした中学校のペースに慣れるために、

→「毎日家庭で勉強する習慣」をつけておこう！

→「集中して勉強する練習」をしておこう！

#### 「生活面」

中学校では「自分のことは自分です」ことが基本となります。また、教科ごとに先生が変わる授業に対応するのにも、部活動で先輩についていくのにも、かなりの体力と精神力を使うことになり、疲れやストレスが溜まりやすくなります。よいスタートを切るためにも、

→体力をつけるためにも、「生活のリズム」を作っておこう！

→自分の気持ちを自分の言葉で、(相手のことを大切にしながら)「上手に伝える力」をつけておこう！

### 楽しい中学校生活の基盤は「生活面の充実」！

それがあってからこそ、「勉強でも頑張ることができる！」



### 大切な 小さな一歩

#### 聞くこと

前号で「話すこと」が大切という内容に対して、「うちの子は、ほとんど話してくれない。どうしたら、話をしてくれるようになるかなあ。」とおっしゃって来たお父さんがいました。確かに、小学校高学年ぐらいから、家で話をしなくなる傾向があります。でもそれは、人間関係が広がっていく成長の現れです。しかし、親としては心配になりますね。ではどうしたら・・・。

・話をしたいと思うようにするためには、聞き上手になることです。うなずくなど返事の仕方を意識するだけでも、子どもに与える印象は変わり、子どもたちは伝える楽しさを感じ始めます。「そうなんだね」「○○なんだね」と、お子さんの言ったことを返すだけでも、聞いてもらっている、共感してもらっていると感じます。

・言ったことに対してしっかり最後まで聞くことが大切だと言われます。しかし、それが負担に感じる子もいます。調理をしながら話を聞くような、「ながら聞き」の方が気軽に話せることもあるようです。

・話したことに対して、反論したり、説教したりすることは避けたいです。

「話す→否定される」というイメージができてしまうと話さなくなってしまうです。

親に反抗していても、意外に

親の言うことは聞いています。

・「学校であったことをどうして話さないの!」としつこく求められると、反対に同じぐらい強い気持ちで「話さない!」という気持ちになるようです。それよりも逆に親が、今日1日あったことを話したり、何気ない話をしたりしていく中で、「学校でね・・・」と話し始めることがあります。