

ルーティンの大切さについて

先月、当たり前のことを当たり前にする子供達のことについて、この欄にて話題にしました。続きのような内容になりますが、今回はルーティンのことについて話をさせていただきます。

学校での子供達には、朝のルーティンがあります。靴を履き替える。教室で宿題などの提出物を出す。教科書や筆箱などを机の中に入れる。ランドセルなどの荷物をロッカーに入れる。トイレに行く。係や委員会の仕事をする。（健康観察簿を教室に持って行く・あいさつ運動をするなど）

また、授業と授業の間の休憩時間にも、次のようなルーティンがあります。（号令をかけて授業が終わった後）教科書やノートを片付ける。次の授業に必要な教科書やノートを準備する。トイレに行く。などです。これらルーティンについて、ラグビー五郎丸選手のサポートをされた荒木香織さんは、著書「ラグビー日本代表を変えた『心の鍛え方』」の中で、ルーティンを行うことで、「身体が『いまからこのプレーをするのだな』と理解して、そのための準備に入る。」と言っています。私は、身体だけでなく、『心』もその準備に入るという意味も含まれているとその書を読み進めるうちに感じました。

戻って、先の自分のルーティンができている子供達は、授業が始まるとすぐに休憩から学習へと頭が切り替わっているように見えます。逆に休憩時間になつてすぐには次の授業準備ができていなかったりトイレに行かなかったりした子供達は、授業が始まって机の上が散らかって授業に集中できなかったり、途中でトイレに行ったりして授業の理解が中途半端で終わってしまいます。

月末から冬休みに入ります。年末年始には、少し心の緩みもあるつかと思いますが、始業式には、よいルーティンで様々な活動を始められるようにご協力いただきますようお願い申し上げます。

終わりましたでしたが、今年一年本校教育に對しまして、ご理解ご協力いただきありがとうございます。来年も引き続き、ご支援を賜りますようお願いいたします。

学校長 田丸 栄

