



かなでだより

令和5年
5月1日発行
かなでだより

新年度が始まってはや1か月。木々を渡る風もさわやかなころになりましたね。
今回は「PDCAサイクル」についてご紹介いたします。

【コドモナビ☆ラボよりを一部抜粋、参考にさせていただいております。】

この様な悩みはありませんか？

- 「朝食を食べない」「好き嫌いが多く」「朝起きられない」など生活にまつわる悩み
- 「なかなか宿題をやらない」「苦手な教科についていけない」など学習や学校生活に関する悩み
- 「自分の気持ちを言えずに我慢しがち」などメンタルに関する悩み

実は…

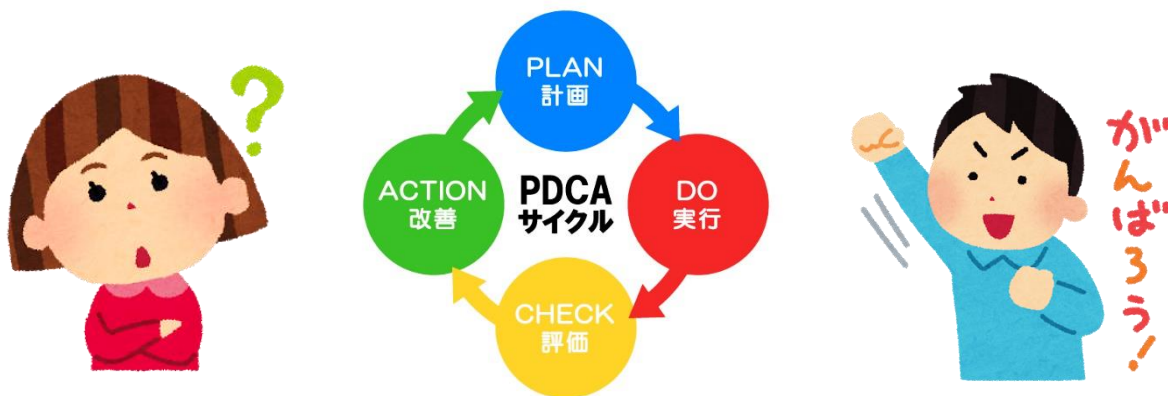
心身ともに不健康な状態だと、集中力が低下したり情緒不安定になったりします。また、どんなに勉強時間を増やしたところで、土台となる生活習慣が乱れていると学習内容は身につけません。

ベネッセ総合研究所が実施した「幼児期の家庭教育調査・縦断調査」によると、生活習慣の定着している子どもほど、学びに向かう力が高いことが明らかになっているようです。

生活習慣力を身につけることは、先を見通す力につながります。たとえば、休み時間にトイレに行って次の時間の準備をしておくことで、結果的に授業にも集中できる、といった良いサイクルをスムーズにつかめるようになるのです。

基本的な生活リズムを固定したうえで勉強時間を確保することが、子どもの健やかな精神や学力向上の支えとなるのは当然ですね。では、高い生活習慣力を身につけるには、どのような工夫が必要なのでしょうか？

PDCA サイクルで子どもの生活習慣力アップ！



PDCAサイクルとは、簡単にいうと、“計画的に行動して、その成果を評価する” というサイクルを繰り返すことで、やり方を改善する手法です。これによって、自分の強みや弱みに気づき、目標達成までの過程を自己管理できるというわけです。かなでに来ている子たちは特にこのPDCAのような考えに基づいたサポートが必要なので、かなででもその日のスケジュールを立てたり、自分の行動でどのような結果が得られたかを振り返る機会を設けたりしています。

次回は、PDCAについてより具体的にお伝えします☆

