



みどりの風

第7号

☆ 合言葉 ☆
「笑顔と思いやりと花いっぱい为学校」



自己効力感



校長 加峯美由紀

日に日に寒さが増してきました。朝の掃除をしながら子供たちに、「草牟田ってもっと寒くなるの?」「雪とか降るの?」と聞くと、「まだまだ寒くなりますよ。」「去年雪が少し降りました。」「2年前がすごかったです。」「道路で滑りました。」などと、明るく語ってくれました。最近、風邪をひく子供たちも若干増えたようです。家庭での子供の健康管理をよろしくお願いします。学校でも、手洗い・うがい等の指導を行っています。

さて、先日、「ペースランニング発表会」を行いました。多くの方の応援本当にありがとうございました。お家の方が参観されると俄然張り切って走る子供たちが多くて、やはりお家の人の力ってすごいんだなあと思ってしまうことでした。

学校では、職員で十分に話し合い、今までの持久走大会から「ペースランニング発表会」と大きく形を変えた取組にチャレンジしました。安全面、保護者の方の負担など過去の経験からの反省や「生涯スポーツ」の観点から変更したことは、以前に文章でお伝えしたとおりですが、実はもう一つ、「ペースランニング」に変更した要因があります。それは、子供たちの「自己効力感」を高めるためです。

「自己効力感」とは、スタンフォード大学教授で心理学者アルバート・バンデューラ氏が提唱した概念で、「自分の能力を信じる気持ち」を意味します。簡単にいうと、「自分ならできる」「きっとうまくいく」と思える感情のことです。この気持ちが強いほど、「自己肯定感が高い」状態だといえます。困難な状況や目標に向かうときも自分の能力を信じることができ、ストレスや不安を感じにくくなり、前向きに物事に取り組むことができるようになるそうです。この「自己効力感」を持つことは、学習やスポーツをすることにとっていいことだらけです。

この自己効力感を高める方法がいくつかあるそうです。例えば

- ① 小さな成功体験を重ねる!～スモールステップで無理なくステップアップ～

自分自身で何かを達成する、成功するといった経験が一番強い自己効力感を得ることができます。最初から大きな目標に挑むのではなく、小さな成功体験を積み「自分はできる」という気持ちを自分自身に定着させていくことです。

- ② 周りの人に言葉でサポートしてもらう(言語的説得)

とてもシンプルな方法ですが、周りの人(先生や親、友人など)から「あなたならできる!」と応援してもらうことです。「私には無理」「才能がないからダメ」と自分に言い聞かせてしまうと自己効力感は低くなります。子供たちが立てた適切な目標設定を応援してくれる声掛けが力になります。

そのほかにも、自分以外の方が成功したことを観察する(代理体験)などもあります。自分の成功体験でなく、他者の成功体験から「自分にもできそうだ」と感じることで自己効力感を高めることができるそうです。私事ですが、元旦から3日間、実業団の駅伝や箱根駅伝を数十年見続けた結果、「私にもできるのではないかと勘違いし、50歳からマラソンを始め、初マラソン完走した結果、いまだにマラソン大会に出続けています。これを自己効力感が高まったとっていいのかわかりませんが、確かに「やればできる」と自分の能力を信じることはできました。

今回、子供たちは、決まった時間自分のペースでどれだけ走れたかを記録し、練習を重ねてきました。練習をすることにより、少しずつ記録を伸ばしていき、スモールステップで成功を重ねていきました。そして、発表会の日には自分の目標に向かい過去の自分の記録と戦い記録を伸ばしました。子供たちは、「〇〇メートル長く走れるようになりました。」「目標を達成できました。」など、自分の伸びを実感していました。また、練習することで記録は伸びることも実感したのではないのでしょうか。

自分の成長を自分自身で感じることは、とても大切なことです。この自己効力感を高める活動は、日頃の学習活動でも行っています。この見えない学力である非認知能力を高めていくことで、見える学力も高まっていきます。ご家庭でもぜひ、お子さんの日々の頑張りをたくさんほめていただけたらと思います。共に、子供たちの「自己効力感」を高めていきましょう。

県民週間！280名が来校！

11月5日～8日 「かごしまの教育を考える県民週間」が行われました。

4日間、およそ280名の保護者・地域の方・関係者の方々が本校に来校されました。



今年度初実施のペースランニング発表会の練習の様子やICT機器を活用した新しい授業スタイルを中心に児童の頑張る様子を参観していただきました。保護者や地域の方々の支えを受け、全職員で子どもたちの成長を支援していきます。本当にありがとうございました。

第3回学校運営協議会開催！

授業参観で学校の様子を御覧になり、児童がタブレットを道具のように抵抗感なく使用したり、教師が電子黒板で説明をしたり、ICTを活用した新しい「形式」に驚かれていました。

その後、学力分析の結果や来年度に向けた学校経営



の指針を通して、学校の進捗状況を説明しました。今回は、給食試食会もありました。

同窓会より図書の本寄贈！

同窓会から、本年度も児童が興味をひくような本を64冊提供していただきました。8日（金）に同窓会の松本さん、名富さんが来校され、図書委員会の代表児童に目録を授与されました。早速、高学年は読み始めていました。ありがとうございました。



専門家に学ぶいろいろな体験！

4年生は、アイメイト鹿児島の方から歩行を手助けしてくれる**盲導犬の役割**や日頃の生活について学びました。障害があっても前向きに何事にも取り組まれている様子に感動していました。



2・4年生は、人権擁護員の方から「**人権の大切さ**」について学びました。特に、ネット社会での問題点について考え、資料を基にして丁寧に教えていただきました。また、3年生は、地域ボランティアの片平先生から**草牟田地区の歴史や行事**についてたくさん学びました。



昔から伝わる伝統的な遊び「**破魔投げ**」も体験しました。今年も鶴尾学舎の方々から指導を受けました。説明を聞いた後、実際に競技を始めると、なかなか上手いかない面がありました。一生懸命活動しました。



火災を想定した避難訓練（予告なし）には四消防署の方々が来られ、避難の仕方を丁寧に指導されました。最後には、消火訓練まで行いました。



🎄12月の行事予定👤

- 1日（日） 城山歩こう会・破魔投げ大会・年末クリーン作戦
- 3日（火） 人権の花開会式
- 4日（水） 九州電力出前授業（6年）
未来を拓くキャリア教育推進事業（5年）：講師 MBC アナウンサー 玉谷愛氏
- 14日（土） 土曜授業日
- 24日（火） 2学期終業式