

かみすげたささのおか

令和4年6月30日
上菅田笹の丘小学校
学校だより7月号



上菅田笹の丘小学校 学校教育目標
自分大好き 仲間大好き
心かがやく上菅田笹の丘小学校



「ペップトーク」

校長 世古 正樹

先週の末から急に暑さが厳しくなり、全国の各地で6月としては「観測史上初」の最高気温が観測されています。学校では、気温に応じた学習活動の制限やマスクの取り外し、こまめな給水の呼びかけ、冷房の活用等、熱中症予防を第一に考え、学校生活を送っています。ご家庭におきましても、十分な水分補給や食事、睡眠等、児童の健康管理や体力維持をどうぞよろしくお願いいたします。

さて、今月は、ペップトーク (PEP TALK) についてお伝えしたいと思います。皆様は、ペップトークという言葉聞いたことがあるでしょうか。そのまま訳すと「人を元気に励ますための言葉や話」となり、スポーツの試合直前の監督やコーチの言葉がペップトークと言われています。ペップトークによって、いかに試合前に選手に自信をもたせるかが重要です。ポイントは、「前向きな背中の一押し」「人の魂をゆさぶる」「その気にさせる」「短く、肯定的で、分かりやすい言葉」です。試合直前に、「絶対負けるな。」「ミスするな。」「緊張するな。」「負けたらグランド走らせるぞ。」などのマイナスの言葉は逆効果で、余計に緊張してミスを連発してしまいます。ペップトークでは、「思い切りがんばろう。」「試合を楽しもう。」「練習でやったことを出し切ろう。」とプラスの言葉を伝えます。つまり、これまでの選手のがんばりを認め、自己肯定感を高めるのです。

この前向きな言葉を伝えるペップトークは、日常生活にも活用できます。例えば、相手にやって欲しくないことではなく、やって欲しいことを言語化することによって、やるべき行動がより明確になります。

「騒がない。」 → 「集中しよう。」

「廊下は走らない。」 → 「廊下は歩こう。」

「さぼらない。」 → 「しっかりやろう。」

また、捉え方を変換することで自分自身の考え方が前向きになります。

「忙しい。」 → 「やることがある。」

「ミスしてしまった。」 → 「改善点が見つかった。」

「苦手なことがある。」 → 「できたらすごい。克服したら感動する。」

学校生活においては、朝会における学校長の話が、まさしくペップトークです。子どもたちを元気付けられるように、子どもたちの自己肯定感を高められるように、これからも自分自身の言葉を磨いていきたいと思っています。

今年度は、本校では7月23日(土)から夏休みとなります。今年度も夏休み前の朝会で、楽しく夏休みを過ごすための言葉として、次のような「あけおけ」を子どもたちに伝えようと思います。

- | | | |
|---|--------|---------------------------------|
| あ | 安全・安心 | 事故や事件にあわないようにしよう |
| け | 健康 | 規則正しい生活をしよう 熱中症・感染症予防対策をきちんとしよう |
| お | お手伝い | 自分でできる家のお手伝いをしよう |
| け | 計画的に生活 | 遊びや学習の時間を決めて計画的に過ごそう |

40日近い長い夏休みですが、この「あけおけ」を意識して、健康や安全に過ごして欲しいと思います。保護者の皆様、地域の皆様、4月より学校の教育活動にご支援・ご協力いただき、誠にありがとうございました。今後とも引き続きどうぞよろしくお願いいたします。