

ほけんだより 3月



令和5年3月
袋井あやぐも学園
袋井北小学校保健室



Dia da Saúde 健康の日



No Dia da Saúde deste ano letivo, realizamos 2 atividades principais.

A 1ª se concentra em 「ouvir e falar」 e inclui 「Vamos ouvir com atenção o que os outros têm a dizer」 (séries menores) e 「Conversa de meio tempo」 (séries maiores) para melhorar as habilidades de comunicação. Nessa atividade, treinamos comunicar sobre seus pensamentos e ideias, e também treinamos ouvir e aceitar gentilmente. Em comparação à abril, o percentual de crianças que conseguiram ouvir o outro até o final aumentou em fevereiro. Gostaríamos que pudessem usar「Palavras gentis (FUWAFUWA KOTOBA)」 e conseguíssem escutar a conversa olhando para o rosto da outra pessoa.

今年度の健康の日では、主に二つの活動を行いました。一つ目は「聞く・話す」に着目し、コミュニケーション能力を高めるための「相手の話をよ〜く聞こう」(低学年)、「時間半分トーク」(高学年)です。この活動では自分の思いや考えを伝える練習と、それを聞き、優しく受け止める練習をしました。4月と比べ、2月では相手の話を最後まで聞くことができる人の割合が増加しました。御家庭でも「ふわふわ言葉」を使うことや、顔を見て話を聞くことを意識しながら会話をしていただけるとありがたいです。

① 二人組になって、向かい合ってすわり、じゃんけんをします。

② じゃんけんにした人は、30秒間「ペットにしたい動物」について話しましょう。

③ じゃんけんを負けた人は、勝った人の話をよ〜く聞きましょう。

《 次のことに気をつけよう 》

あいて おお ひと じぶん きもち
相手を思いやりながら自分の気持ちをすなおに言う。

つよ ことば ちやくちく ことば
強い言葉やちくちく言葉はつかわない。

あいて かの み はなし き
相手の顔を見て話を聞く。

あいて はなし さいご き
相手の話を最後までしっかり聞く。

※今回の聞く人のポイント！
最後まで友達の顔を見て聞きましょう。

④ 聞き終わったら、ふわふわ言葉を使って感想を伝えてください。

《 下のふわふわ言葉を参考にしながら、相手に伝えてみましょう。 》

いいね！ わたしもすきだな！ そうなんだね！
ぼくといっしょだね！ かっこいいよね！ すごいね！


⑤ 30秒たったら、「話をする人」と「聞く人」を交代しましょう。

A 2ª é 「O que devo fazer nesta situação? 」 para poder tomar decisões e selecionar ações de acordo com a situação. Nesta atividade, foi realizada um estudo de caso para adquirir habilidades para promover relações entre as pessoas em harmonia. Em comparação à abril, os números relativos ao conhecimento de saúde melhoraram em dezembro. Em casa também, pensar em uma comunicação que de importância em seus sentimentos e de outros.

二つ目は場に応じた意思決定、行動選択ができるようになるための「こんなときどうする?」です。この活動では、人間関係を円滑に進めるためのスキルを身につけるためのケーススタディーを行いました。4月と比べ、12月ではヘルスリテラシーに関する項目の数値が向上しました。御家庭でも自分や相手の気持ちを大事にしたコミュニケーションについて考えてみてください。

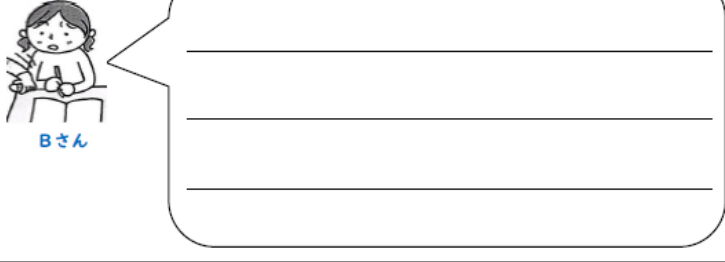
1 次のお話を読んで、あなたならどんな言葉を返しますか。

① あなたが使っていた大事な消しゴムをとりの席のAさんに勝手に使われてしまいました。



Aさん Bさん

② もし、あなたが消しゴムを勝手に使われたBさんだったとしたら、Aさんに何と声をかけますか?



Bさん

2 とりの人とペアになって、書いたセリフをやりとりしてみましょう。

No próximo ano, planejamos fazer esforços para criar melhores relações entre as pessoas no 「Dia da Saúde」 . Ficaremos agradecidos se pudessem verificar as folhas de trabalho que levaram e conversar em casa também.

来年度も「健康の日」ではよりよい人間関係作りができることを目指し、取り組みを行っていく予定です。持ち帰ったワークシートなどを見て、御家庭でも話題を出していただけましたら幸いです。