

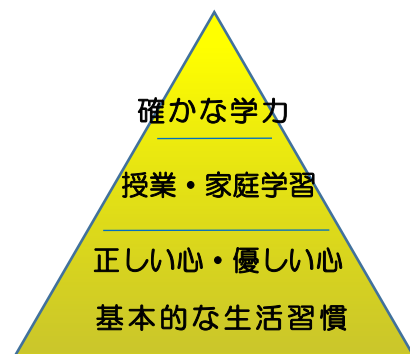
規則正しい生活で身に付く「力」!

最近、生活習慣が乱れている子どもが増えていることが大きな問題になっていますが、保護者から見てお子さんの毎日の生活の様子は、いかがでしょうか。

低学年でも夜型の子どもが増えていることで、慢性的な睡眠不足となり、子どもの無気力を引き起こしているとも言われています。さらに、本市の児童の状況を見ると、日常的にテレビやDVDの視聴、ゲームやインターネット、スマホ等に多くの時間を費やすことで、規則正しい生活が身につけられなくなっている状況がうかがえます。

また、家庭学習は、学校で学習した内容を身に付けたり、自ら学ぶ習慣を身に付けたりするためにとっても大切です。しかしながら、本市の児童の状況を見ると、家庭学習の習慣に課題が見られます。小学生の間に、まとまった時間家庭学習をする習慣を身につけることは、将来を切り開く力の一つになります。

このリーフレットをもとに、今一度親子で家庭生活について話し合い、未来に羽ばたくための有意義な時間が過ごせるようにしていきましょう。



家庭学習時間の目安(例)

校種	年齢	平日	主な学習内容
幼稚園	3~5才	10分	読み聞かせやふれあい遊びで学ぶ喜びを感じる。
小学校	1~2年	学年	宿題、読書・音読、漢字・計算練習、日記
	3~4年	+	宿題、予習復習、音読、漢字・計算練習、日記
	5~6年	20分	宿題、予習復習、音読、漢字・計算練習、日記、興味関心のある自主学習
中学校	1~2年	2時間以上	宿題、予習復習、自主学習の定着、テスト対策
	3年	3時間以上	宿題、予習復習、進路確保に向けた自主学習、テスト対策

学力アップは規則正しい生活から

- 早寝・早起きをして、朝ごはんを食べる。
- テレビ、ゲーム、スマホは時間とルールを決める。
- 同じ場所、同じ時間で習慣化する。
- 自分で時間割や学習用具をそろえる。
- 家族の一員として、手伝いをする。



家庭学習のポイント

- (1) 決まった時間・場所で毎日する。
- (2) 自分で計画を立ててする。
- (3) 集中する。「ながら勉強」をしない。
- (4) 正しい姿勢で机に向かう。
- (5) わからないときは教科書等で調べる。

校長先生から

○家庭でのご協力のおかげで、「朝食を毎日食べる」「決まった時刻に起きる・寝る」が高い傾向にあります。規則正しい生活は1日の元気とやる気を生み出し、集中力を高めます。また、夢や目標に向かって挑戦している様子がうかがわれます。ご家庭でも、引き続き子どもたちの頑張りを認め、誉めてください。

○「漢字」や「自分の考えを説明したり文章に書いたりすること」「文章の読み取り」に大きな課題が見られます。漢字は、学校ではパワーアップで力をつけていきます。また、平日の学年の家庭学習時間(学年+20分)や計画的に学習する事への意識は高くなっていますので、今後は自分に必要な学習の計画を立て自主勉強等で取り組み、学力の向上につなげていきたいと思っております。文章を読んだり、自分の考えを説明したり書いたりする力を身に付けるためには、語彙を増やすことが大切になります。「読書をする」「新聞を読む」等に取り組むことで学力の素地を養うことができます。

○家庭でメディアのルールを決め、メディアコントロールができていく児童の割合が増えました。しかし、まだ、長くメディアに関わっている様子も見られます。1日1時間を目標に取り組んでみてください。