

# 学びっこ通信



発行：栄小学校学力向上チーム

令和5年7月19日



## 7月実施「生活リズムチェックシート」結果報告

実施期間中はお忙しいところ、お子さんへの声かけ、励ましなどのご協力、ありがとうございました。今年度最初の取組、いかがだったでしょうか。全校の結果と見比べながら、今一度お子さんの生活習慣を振り返るきっかけとしていただきたいと思います。

### 1 生活習慣について

	学年ごとの達成率						校内全体
	1年	2年	3年	4年	5年	6年	
早起き	81%	72%	77%	74%	74%	69%	75%
早寝	68%	60%	65%	57%	67%	57%	62%
ストップ・ザ・見放題	77%	63%	58%	60%	60%	53%	62%

実施期間中に「できた」と回答した回数を合計し、7日間における達成率をもとめています。

早起きはできるけれど、早く寝ることはなかなか難しいようです。寝不足気味の人がいるかもしれません。テレビやタブレット、スマホなどでSNSや動画視聴（you tubeなど）する時間が長く、寝る前まで見ている傾向もあるようです。平日・休日ともに生活時間を規則正しく、自己管理（低学年は保護者の声かけ）をしていくことが大切です。早寝の基本は、【朝起きる時間の固定】から始まります。今後も早起きから1日を整えましょう！

「ストップ・ザ・見放題」では、目標（視聴時間）を設定して取り組み、達成した児童もいますが、どうしても長い時間になってしまったという反省もありました。**具体的な目標を数字でしっかりと書いて、【家庭の約束】にすることを勧めます。**

また、保護者のコメントには**生活リズムを意識して生活**したお子さんにお褒めの言葉をかける様子も見られました。生活リズムチェックシートの取組を行うことで、児童自身も早寝、早起き、ストップ・ザ・見放題を意識した生活を過ごせたようです。多くの保護者の方から、このペースを続けてほしいというコメントが見られました。**夏休みの計画に生活リズムチェックシートの取組を生かして、実行**してみてください。夏休みは27日間と長いので、親子・家庭での力を合わせた取組がより大切になってきます。

### 2 学習時間について

今回の学年ごとの平均学習時間を示しました。（上段は各学年の目標時間です。**目標時間は学年×10分+10分**で設

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
目標時間	20分	30分	40分	50分	60分	70分
平均学習時間(分)	22.9分	30.5分	45分	52分	56.5分	59.8分

定) 1～4年生は目標時間を超えています。5・6年生も家庭学習の習慣は付いてきているので、今後さらに学習内容の工夫などを行うことにより自分の力のUPにつながります。

どの学年でも、平均すると上記のような数字になるのですが、個別に見ていくと**学習時間差の個人差が大きい様子**が見てとれました。それは、学年が進むとより顕著です。『予習的内容』『復習的内容』『発展的・自主的内容』と**バランスよく計画的に**学べるよう家庭学習を工夫していくことが大切です。特に、高学年では、中学校へ向けて、与えられるものだけでなく、自律的な学びができるようになるといいですね。

### 3 今後に向けて

#### ○動画の視聴時間、スマホやゲームの使用時間を減らす！

- ・視聴、使用の際の約束（時間、場所等）を具体的に決めましょう。
- ・視聴している内容を保護者が把握しましょう。



#### ○家庭学習の時間をしっかりとる！

- ・生活のリズムを整えて、毎日同じ時刻に学習時間を設定し、習慣化しましょう。
- ・お子さんの学年にふさわしい学習時間や内容になるよう、声かけだけでなく、時には手助けもお願いします。



夏休み中は生活リズムが不規則になりがちです。スマホやタブレットの使用時間、動画等の視聴時間を決め、就寝時刻や起床時刻を特に意識した生活を心がけましょう。できたときには、褒めてあげてくださいね。

## 家庭学習のヒント

家庭学習を進めていく上で、「やってください」では、保護者のみなさんも「なにをどうやらせたらいいの？」と疑問がわきますよね。お子さんにも「やりなさい」では、お子さんも「何を、どんなふうにやればいいのか？」となると思います。

各学年の宿題や家庭学習の取組を第一の基本として進めてください。さらに具体的には栄小学校のホームページで紹介している『家庭学習の手引き』を参考にしてみてください。

栄小学校HP



栄小学校HP  
「学力向上」  
のページ



### お忙しい中、ご協力ありがとうございました！

保護者の方からのコメントを一部紹介します。

- ・学校から帰ってきて、すぐ宿題をやったり進んでドリルをやったりしていて良かったです。
- ・ゲームが大好きなので「ストップ・ザ・見放題」守れるかな？と思っていましたが、ちゃんと意識していて、今までと見違えるくらいでした。勉強も自分から取り組んでいたし、ご褒美をあげたいくらいがんばっていました。
- ・学校や習い事で疲れていても自分なりに頑張っていたと思います。目標を決めて取り組むことで、勉強と遊びのメリハリがついて良かったです。
- ・「ストップ・ザ・見放題」がよくできたと思います。家族の会話が増えてとても良かったです。
- ・目標があると、とても頑張っており組み合っていました。今後も続けていけたらいいなと思います。
- ・帰宅後、宿題と毎日のやることを、自ら進んでやるということが身に付いてきていて、成長を感じています。
- ・いつもは15～30分くらいしか勉強していなかったのが、このチャレンジ中はたくさん勉強していたので、このチャレンジが終わっても続けてほしいです。
- ・その日に学習してきた内容を帰ってから復習する習慣がついたようです。ゲームについてはこれからも意識して決めた時間を守るようがんばってほしいです。
- ・一度集中すると、時間が過ぎるのを忘れて取り組んでいました。目標達成に向けて頑張っていました。エライ！
- ・自ら進んで読書の時間を作っているところが良かったです。
- ・テレビの時間を減らしてよく学習していました。期間が終わっても目標を決めて頑張っていました。
- ・毎日自分で計画して勉強に取り組んで良かったです！今後も習慣付けて取り組んでもらえたらと思います。