

学びの習慣づくり

冬休み直前！
取り組もう！

子どもの健やかな成長と学力の向上には、基本的な生活習慣の定着と子どもの学びの習慣づくりが大切です。

今、二戸市の子どもたちの生活習慣や学びの習慣がどのようになっているのか、ことし4月に文部科学省が実施した「全国学力・学習状況調査 児童生徒質問紙調査」の結果から見てきたことを、「全国一の学力」といわれる秋田県と比較しながら紹介します。

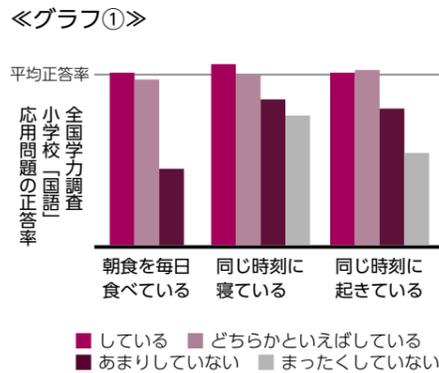
— 図 教育企画課 (☎ 23-3481) —

Point 1 学びの習慣づくり

■適切な睡眠と朝食

朝食を毎日食べている児童生徒（調査対象は小学6年生と中学3年生）の割合は約9割でした。毎日同じくらいの時刻に寝ている児童生徒の割合はおよそ9割弱、毎日同じくらいの時刻に起きている児童生徒の割合は9割強という状況でした。規則正しい睡眠と朝食をきちんととっている子どもたちの割合は高く、基本的な生活習慣が定着していると言えます。

さらに、規則正しい生活ができている児童ほど、「全国学力・学習状況調査」の正答率は高くなっていることもわかりました。【グラフ①】



■小学生の生活習慣

学習習慣定着のために「生活習慣」をしっかりと身に付けさせる。決まった時間に寝たり起きたりする、食事をとる、勉強をする、テレビやゲームの時間を決めるなど、生活のリズムをつくることは、体調を整え、学習の意欲づくりや学習時間の確保につながります。

■中学生の生活習慣

学力向上と健康な生活の基礎を培うために自分で生活習慣を確立する。学習の難易度が高くなり、部活動や友人関係など行動範囲が広がることから、生活リズムを見直し時間を有効に使うことが大切になります。食事や睡眠など望ましい生活習慣を心がけ、自分で健康管理できるようにしましょう。

生活リズムは
早寝、早起き、朝ごはん
起きる時刻と寝る時刻、夕食の時間など、朝と帰宅後の生活プログラムを決めましょう
◇◇◇
朝食は
主食+おかず
で脳にエネルギー補給

Point 2 「宿題+予習・復習」がカギ

■小6の学習時間は全国並み！

1日に1時間以上勉強をする小学6年生の割合(67.9%)は、全国(62.0%)や秋田県(70.6%)と比べてさほど差はありません。【グラフ②】

しかし、予習をしている小学6年生の割合は、秋田県(62.8%)に対し二戸市(45.0%)は低く、復習をしている割合も、秋田県(90.7%)に対し二戸市(66.8%)は低い状況です。【グラフ③④】

■中3の学習時間が少ない！

中学3年生で1日に2時間以上学習する割合(23.4%)は、秋田県(28.0%)や全国(35.1%)に比べて少ない状況でした。【グラフ⑥】

また、予習をしている中学3年生の割合は、秋田県(43.6%)に対し二戸市(20.3%)は低く、復習をしている割合も、秋田県(84.4%)に対し二戸市(57.5%)は低い状況であることが目立っています。【グラフ⑦⑧】

このように二戸市の子どもたちは、小学校の勉強時間に全国との差はない

ものの、中学校の勉強時間は全国と比べて少ないことがわかります。

■授業がわかるためには宿題だけではだめ！

二戸市の子どもたちは、与えられた宿題をきちんとする様子が見えませんが、宿題に加えて予習や復習などの自分で計画を立てて勉強できることが、二戸市の課題として見えてきました。

家で復習をしている児童生徒は、「全国学力・学習状況調査」でも高い正答率をあげています。【グラフ⑤⑨】

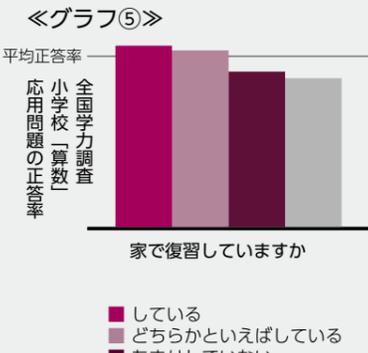
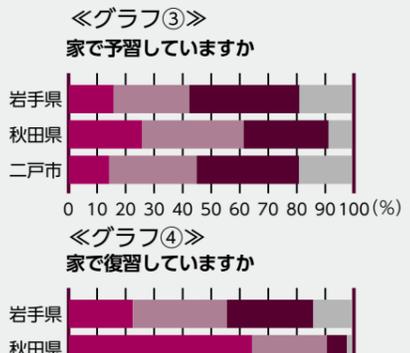
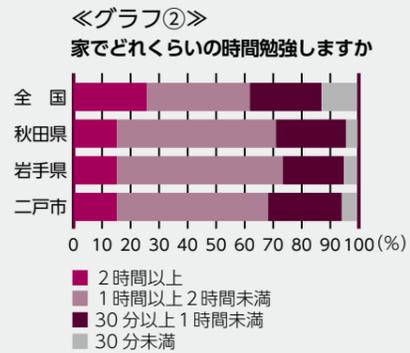
授業をよく理解するには、予習や復習をすることがとても大切だということがわかります。

■読んでみて、やってみて

二戸市教育振興運動推進協議会では毎年、「家庭教育の手引き」を新小学1年生の保護者に、学校を通して配布しています。「〇年生はどんな家庭学習をするの？」など、疑問解決の参考になります。



小学校



中学校

