

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) —

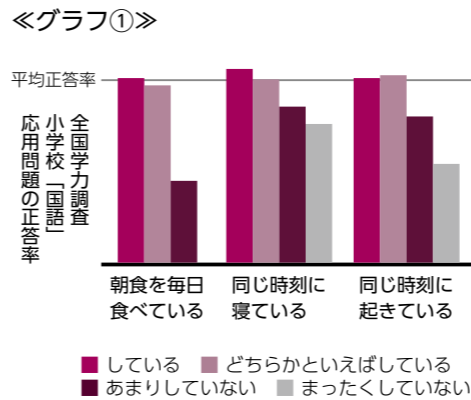
Point 1

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⑤⑥】

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。

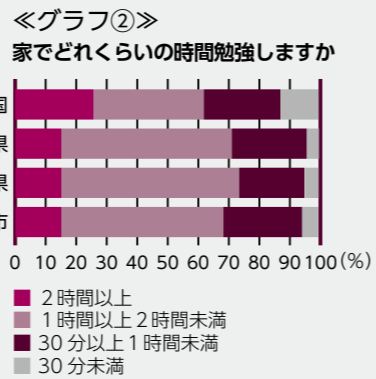
■授業がわかるためには宿題だけではだめ！

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⑨】

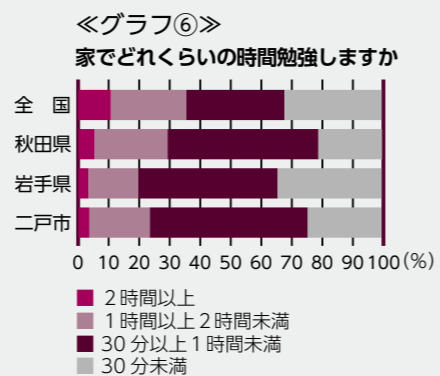
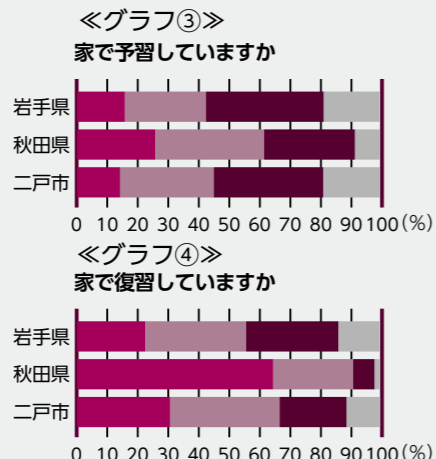
授業をよく理解するには、予習や復習をすることがとても大切だということがわかります。

■読んでみて、やってみて

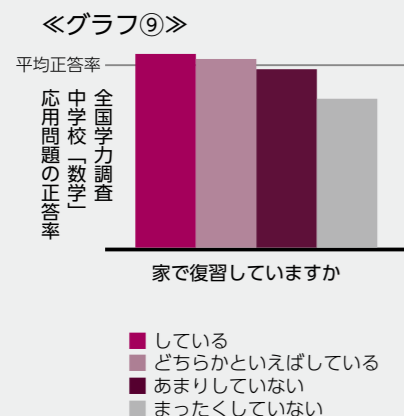
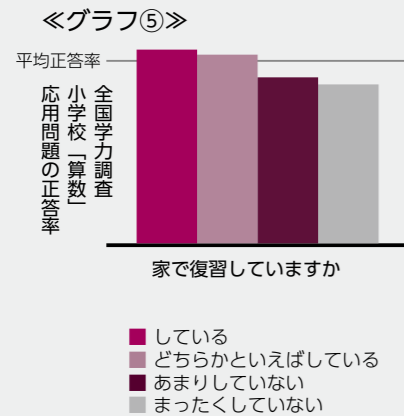
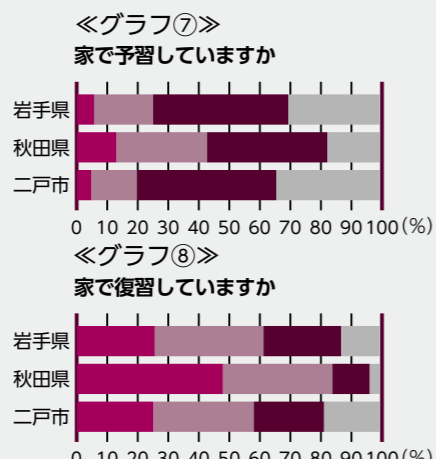
二戸市教育振興運動推進協議会では毎年、「家庭教育の手引き」を新小学1年生の保護者に、学校を通して配布しています。「〇年生はどんな家庭学習をするの？」など、疑問解決の参考になります。



小学校



中学校



学年別 家庭学習のポイント

特にココ!

- ◇ 学習の時間を決め、毎日必ず机に向かう
- ◇ 学校で学習したことを復習する
- ◇ 学習する時は身の回りの整理整頓
- ◇ 小学生は国語の教科書を音読する
- ◇ テレビを消して勉強する
- ◇ 中学生は英語の教科書を音読する
- ◇ 正しい姿勢で字は濃く丁寧に書く
- ◇ 計算問題を何度も繰り返し解く

小学校 3・4 年生 【学習時間の目安 40 分】

「自ら学習に取り組む習慣」を身に付ける

- 《家庭の学習は》
- ・学校からのプリントを出させ、宿題を自分で確かめさせましょう。
 - ・家庭学習が終わったら、すぐに次の日の準備をさせましょう。
- 《こんな学習方法で》

- 国語**
- ・句読点や発音に気を付けて読ませましょう。
 - ・漢字ドリルや教科書などで、新しい漢字や習った漢字を繰り返し丁寧に練習させましょう。
 - ・書き順、「はね」「はらい」「とめ」に気を付けて書かせましょう。
 - ・国語辞典を使って、語句の意味を調べさせましょう。
 - ・一日を振り返ってしたことや思ったことを日記に書かせましょう。

- 算数**
- ・筆算は位をそろえ、手順を確かめながら計算させましょう。
 - ・定規や分度器、コンパスなどを使って図形を描かせましょう。
 - ・文章問題は、声に出して問題を読んだり、線を引いたりして考えさせましょう。
 - ・間違えた問題は、必ずやり直す習慣をつけさせましょう。

中学生 【学習時間の目安 150 分】

目標をもって計画的に学習する力をつける

- 《家庭の学習は》
- ・学習に集中できる環境づくりを心がけましょう。
 - ・わからなかったところや間違えたところを復習しましょう。
 - ・苦手教科の復習は、授業のあったその日のうちにしましょう。
- 《こんな学習方法で》

- ・授業で使ったプリントやワークを整理し、授業を振り返りましょう。

- 国語**
- ・新しい漢字や読めない漢字、意味のわからない語句は辞書を使って調べましょう。
 - ・その日に学習した漢字、語句などを確認し、繰り返し書いて覚えましょう。

- 数学**
- ・教科書の例題や練習問題をやってできないところや、わからないところを確認しましょう。
 - ・授業で学習した問題をもう一度解いてみましょう。
 - ・間違えた問題は繰り返しできるまで練習しましょう。

- 英語**
- ・教科書を音読し、疑問点やわからない単語を確認しましょう。
 - ・新しい単語や教科書の本文の意味は、辞書を使って調べましょう。
 - ・その日に学習した単語や例文などは、繰り返し練習して覚えましょう。

小学校 1・2 年生 【学習時間の目安 20 分】

「学習習慣」を身に付ける

- 《家庭の学習は》
- ・家庭学習が終わったらまる付けをし、間違えたところは一緒に直しましょう。
 - ・学校の宿題やプリントと一緒に確かめましょう。
 - ・正しい鉛筆の持ち方に注意させましょう。
- 《こんな学習方法で》

- 国語**
- ・句読点に気を付け大きな声で読ませましょう。
 - ・ひらがなやカタカナは、書き順に気を付けて、丁寧に正しく書かせましょう。
 - ・漢字ドリルや教科書などで、新しい漢字や習った漢字を繰り返し丁寧に練習させましょう。
 - ・日記を書くことで文づくりの楽しさをわからせましょう。

- 算数**
- ・計算の手順が正しく身に付くように唱えながら練習させましょう。
 - ・かけ算九九が正しく覚えられるように唱えながら練習させましょう。
 - ・文章問題は、声に出して問題を読んだり、絵や図に描いたりして考えさせましょう。

小学校 5・6 年生 【学習時間の目安 60 分】

自分で学習計画を立てて取り組む力をつける

- 《家庭の学習は》
- ・家庭学習が終わったら、すぐに次の日の準備をさせましょう。
 - ・学校からのプリントを出させ、宿題を自分で確かめさせましょう。
- 《こんな学習方法で》

- 国語**
- ・句読点や速さに注意して読ませましょう。
 - ・漢字ドリルや教科書などで、新しい漢字や習った漢字を繰り返し丁寧に練習させましょう。
 - ・他の教科に出てくる漢字の練習もさせましょう。
 - ・国語辞典を使って、語句の意味を調べさせましょう。
 - ・気持ちや考えを整理して、日記を書かせましょう。

- 算数**
- ・その日に学習したことを、もう一度ノートに整理させましょう。
 - ・新しい記号の書き方と読み方の練習をさせましょう。
 - ・定規や分度器、コンパスなどを使って図形を描かせましょう。
 - ・計算問題は、時間を計ってたくさん解かせましょう。
 - ・文章問題は、じっくり読んで簡単な図などを使って考えさせましょう。
 - ・間違えた問題は、必ずやり直す習慣をつけさせましょう。

Point 3

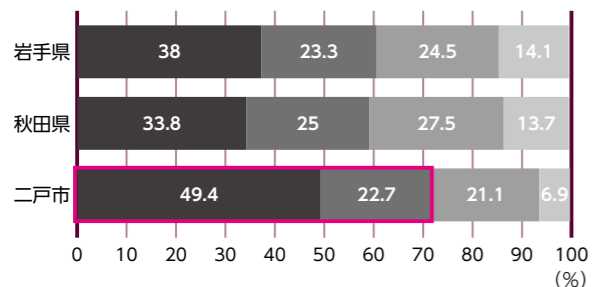
2時間以上テレビを見る子どもは、1つ勉強するのでもこまめに

■ テレビやゲームはルールを決めて

「1日にテレビなどを見る時間」について、2時間以上テレビを見る小学6年生の割合(72.1%)が、昨年度の小学6年生の割合(69.6%)を超えました。秋田県は二戸市より低い状況(58.8%)です。

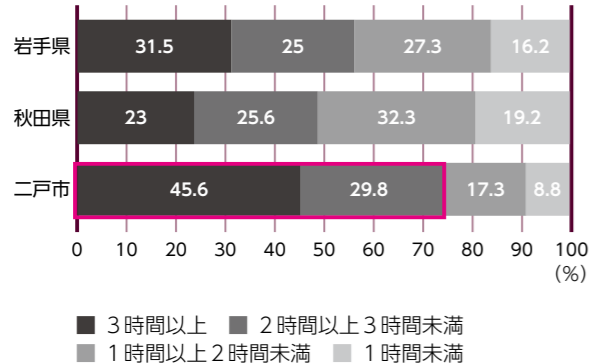
《グラフ⑩》

【1日あたりどれくらいの時間テレビを見ているか(小学校)】



《グラフ⑪》

【1日あたりどれくらいの時間テレビを見ているか(中学校)】



【グラフ⑩】

中学3年生も、2時間以上テレビを見る割合(73.9%)が、昨年度の中学3年生の割合(61.5%)を超えています。秋田県は二戸市より低い状況(48.6%)にあります。【グラフ⑪】

また、テレビを見る時間が少ない小学6年生は、「全国学力・学習状況調査」の正答率が高く、テレビを見る時間が長い傾向にあります。二戸市の割合になっています。ニュースを見ている子どもは二人に一人の割合になっています。ニュースや新聞を通してもっと社会に目を向け、興味を持ってほしいものです。

況調査」の正答率が高く、テレビを見る時間が少ない中学3年生は、応用問題の正答率が高くなる傾向がみられました。

■ もっとニュースや新聞を

二戸市の子どもたちは、テレビを見る時間が長い傾向にあります。二戸市の割合になっています。ニュースを見ている子どもは二人に一人の割合になっています。ニュースや新聞を通してもっと社会に目を向け、興味を持ってほしいものです。

テレビやゲーム、携帯電話やスマホなどを使用する時間が長くなるほど、人間らしさをつかさどる脳の「前頭前野」に良い影響を与えないという研究結果があります。

また、携帯電話やスマホは、有害サイトや悪意のある人とつながったり、思わぬトラブルに巻き込まれたりする危険があります。携帯電話やスマホを持つ(持たせる)前に、目的や使い方を親子でよく話し合います。

【ルール作りの例】

- ・テレビを見たりゲームをしたりする時は、時間を決める。
- ・「ノーテレビ・デー」をつくる。
- ・スマホやパソコンは、家族がいる場所で使用する。
- ・自分の部屋にスマホやゲーム機を持ち込まない。
- ・夜9時になったらスマホやゲーム機を親に預ける。

■ 誰にも面白い本は必ずある

テレビを消して読書する。夕食後のひとときに、こんな夜もいいものです。お父さん、お母さん、読書してみませんか。そして、子どもの目にふれやすいところに、そっと本を置いてみませんか。



市教育委員会が毎年小学6年生に配布している『小学生副読本 二戸市の先人たち』