

# 子どもの「学ぶ力・生活リズム」向上をめざして

～ 6月実施の「生活アンケート」結果より ～

小中一貫教育生活向上部会では、子どもの学ぶ力や生活リズム向上をめざして、様々な取り組みを行っています。特に、「基本的生活習慣」と「家庭学習の習慣」の定着が重要と考え、子どもの実態を把握し、効果的な指導を行うため、児童生徒を対象に6月に「生活アンケート」を実施しました。アンケートの結果を分析してみました。ぜひこの資料を参考にいただき、親子で生活習慣について話し合ってくださいと思います。この時期によりよい基本的生活習慣を身につけさせましょう。

## 気高中学校区生活向上アンケート集計（6月分）

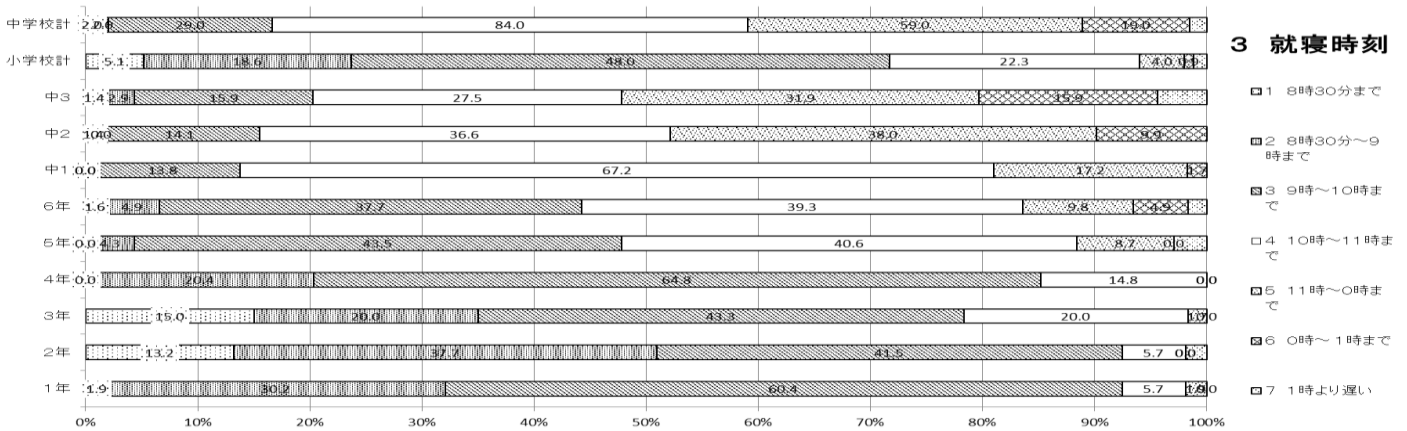
◆アンケート実施日：6月30日（金）、対象：小学生（350名）中学生（198名）

### アンケート結果

1 「家族や友だち・地域の人にあいさつをしていますか」では、肯定的な評価が、小学生97.7%、中学生98.5%でした。  
2 「今朝朝食で何を食べましたか」では、「朝食を食べない」は、小学生1.4%、中学生1.0%でした。朝食を食べていても2品までが、小学生44.9%、中学生33.4%と多くの児童生徒がいました。

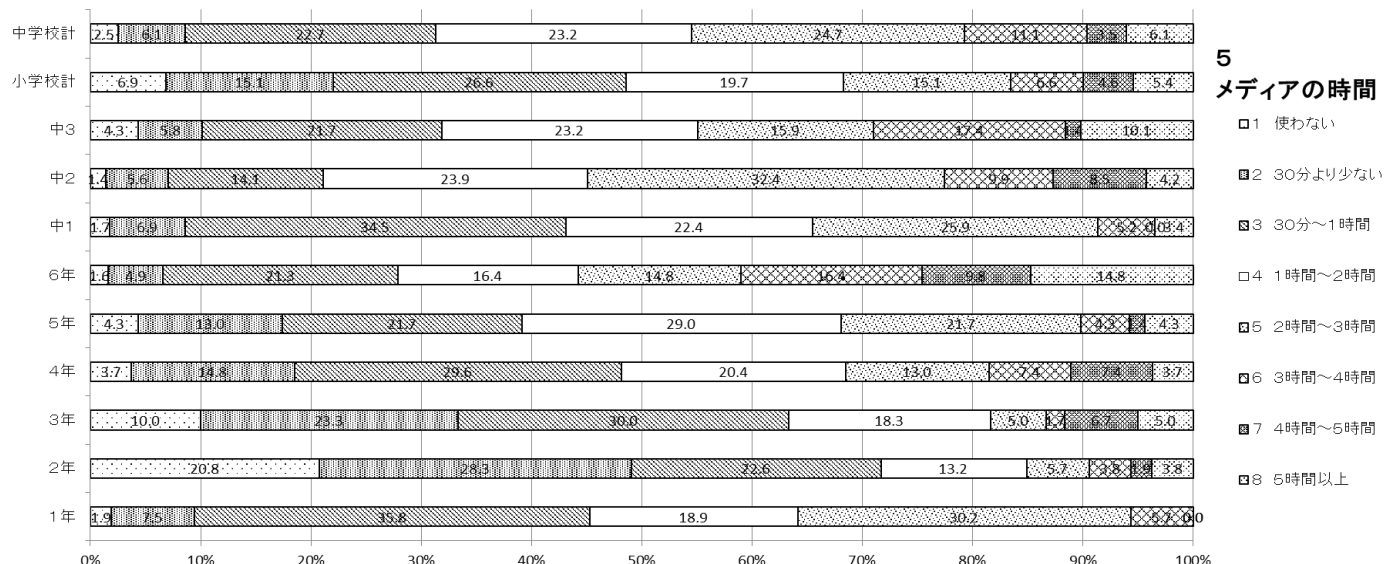
3（1）就寝時刻では、小学生の71.7%が10時までに寝ていますが、高学年では11時以降が13.8%と遅い傾向が見られました。また、昨年と比較し、就寝時刻が遅い傾向も見られました。中学生は、0時以降が11.1%あり、寝る時刻が遅いと思われます。

（2）起床時刻では、小・中学生ともに95～96%が7時までに起きていました。



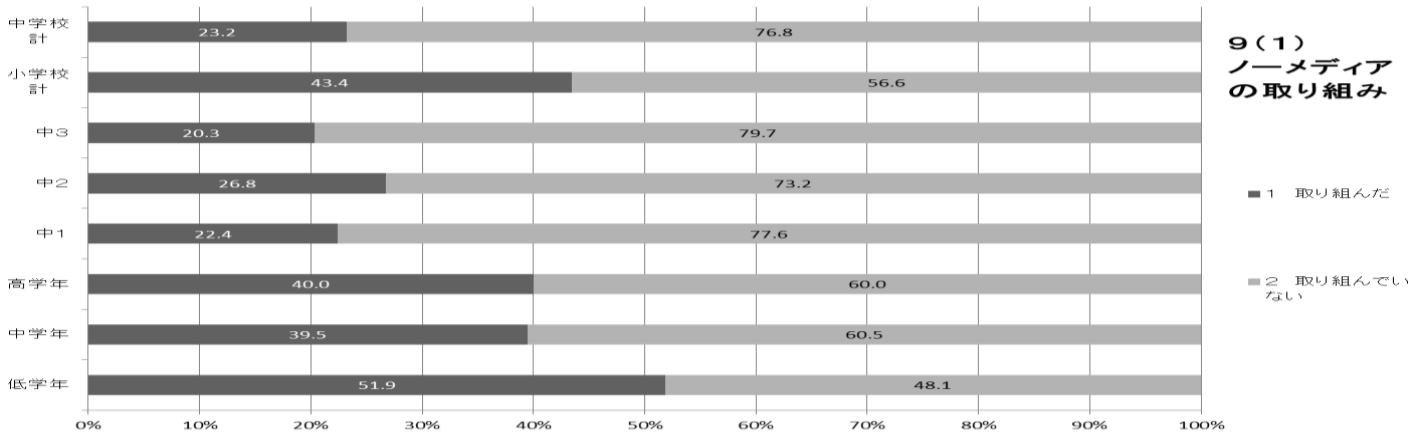
4（1）「学校が楽しい」では、小学生89.7%、中学生93.9%が肯定的評価でした。  
（2）「みんなで何かするのは楽しい」では、小学生91.1%、中学生96.5%が肯定的評価でした。  
（3）「授業に進んで取り組んでいる」では、小学生85.1%、中学生92.5%が肯定的評価でした。  
（4）「授業がよく分かる」では、小学生83.4%、中学生85.8%が肯定的評価でした。

5 メディアの利用時間では、2時間以上利用が小学生31.7%、中学生45.4%とかなりの時間利用していました。昨年度と比較して増加傾向にあります。5時間以上利用は小学生5.4%（19人）、中学生6.1%（12人）と長時間利用していました。



- 6 家庭学習の時間では、小学校低学年30分以上72.6%、中学年1時間以上58.8%高学年1時間以上80.7%、中学生2時間以上31.3%でした。
- 7 翌日の準備ができたでは、小学生88.9%、中学生76.3%でした。
- 8 読書の時間では、30分以上が小学校低学年29.3%、中学年38.5%、高学年29.2%、中学生26.8%でした。

9 (1) 「ノーメディアデーに取り組んだ」では、小学生43.4%、中学生23.2%でした。



(2) 取り組んだ内容については、「家族で会話」が小学生27.9%・中学生20.7%、「勉強」が小学生23.8%・中学生41.3%、「読書」が小学生20%・中学生23.5%でした。

ノーメディアの時間をぜひ作って、家族のふれあいの時間等心豊かに過ごせる時間や自分の力を伸ばす時間にできるとよいですね。取り組み方は、さまざまです。ご家庭で可能な時間に、可能な方法で取り組んでいけるとよいと思います。

**\*\* アンケート結果から \*\***

**○よかった点**

- ・家族や友だち・地域の方々へのあいさつが、小学生・中学生ともに肯定的評価が高く、あいさつの習慣が身につけているようです。
- ・7時までの起床ができ、早起きを意識した生活ができているようです。

**▲課題**

- ・昨年と比較して、就寝時刻が徐々に遅くなりつつあるようです。11時以降に就寝している小学生、0時以降に就寝している中学生の生活リズムも心配です。
- ・メディアの利用時間が、高学年・中学生と年齢が上がるにつれて多くなっています。5時間以上メディアにかかわっている児童生徒もあり、メディア利用のコントロールをしていく必要があります。

アンケート結果を見ますと、「メディアの利用時間」について気になりましたので、取り上げてみました。  
※メディアとはテレビ、ビデオ、ゲーム機、パソコン、タブレット、スマートフォン、携帯、アイパッド、アイポッド等をさします。

**メディアと上手に付き合おう！♪**

☆小・中学生ともにメディアの利用時間が長いことが気になります。メディアと付き合う時間が長ければ、勉強時間や睡眠時間、家族との会話の時間など何らかの時間が削られていることが考えられます。そこで、アンケートのノーメディアデーの取り組み内容を参考にしたり、『学習時間』『読書時間』『メディア利用時間』『起床・就寝時刻』などトータルに見て生活の見直しをしたりしてみませんか。  
また、メディアとの付き合い方をルール化することも大切です。

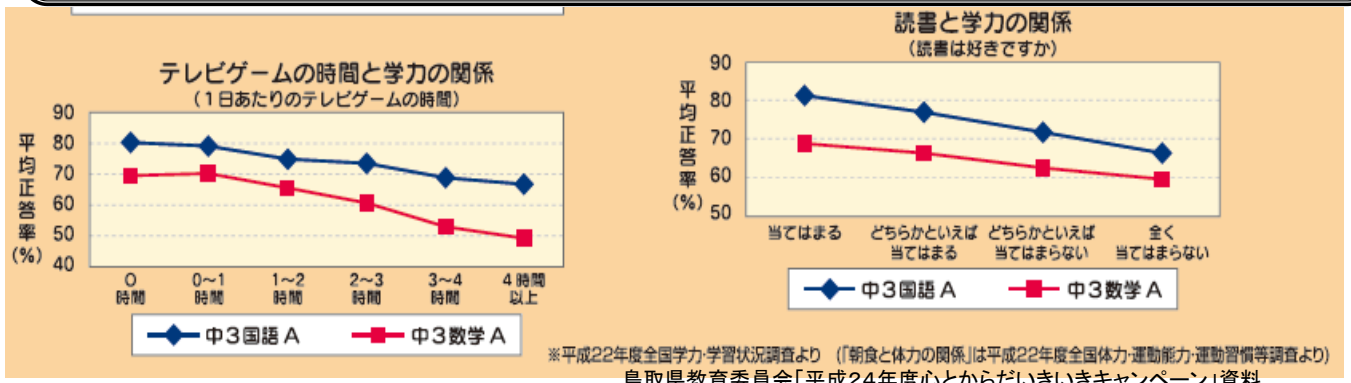
**ポイント**

鳥取県ケータイ・インターネット教育啓発推進協議会「電子メディアとの付き合い方学習ノートB」より

- ゲーム・SNSをやめられなくなり、生活習慣が乱れてしまう事例が多い。
- ルールをつくる時には、家庭でしっかり話し合う必要がある。
- ルールをつくる時には「守れなかったときのルール」もつくっておくと良い。

**決めておきたい  
ルールの例**

- 使用時間（1日の使用は○時間以内 等）
- 使用場所（自分の部屋では使用しない、外では利用しない 等）
- ルールを守れなかったときは・・・（○日間使用禁止にする、保護者に返却する 等）



**家族で話し合っ、お子さんによりよい生活習慣を身につけてあげましょう！♪**

