



生活実態調査(5月実施)

マイフナー月間もあと半分、子どもたちは、家庭学習や放課後学習に力を入れてがんばっているところです。さて、本校では毎年、学校独自の生活実態調査を行っています。本校児童の実態を把握し、学校と家庭が連携して、児童のよりよい生活習慣を身につけていけたらと考えています。5月は、2～6年の児童を対象に生活実態調査を行い、その結果を実態調査部で集計、考察しました。以下の実態を参考にお子さんの生活リズムをよりよくする機会にさせていただきたいと思います。★印は、ご協力願います。

調査で分かったこと…

① 高学年になるにつれて就寝時間が遅くなっている。10時以降就寝が約200人以上いる。

② 家庭学習の習慣はついてきているが、学習時間の短い児童がいる。

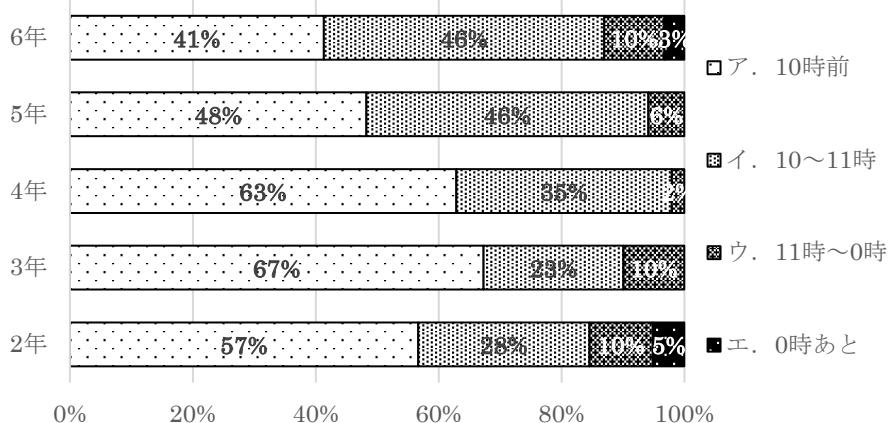
【学習時間めやす→1・2年生 15～30分。3・4年生 30～45分。5・6年生 45～60分。】

③ 学校、家庭での読書時間の短い児童が多い。

学力をつけるためには、望ましい生活習慣の確立、家庭での学習時間の確保、読書に親しむことはとても重要なことです。また、運動をすることで食欲も向上し、深い睡眠にも繋がります。運動・食・睡眠は成長期である小学校の時期にはとても重要なことであるため、今一度、生活リズムを見直してほしいと思います。

「アンケート結果と考察」 2019. 5月 実施【実態調査部】

Q 1. あなたは学校のある日は、何時ごろ寝ていますか？



● 6年生と2年生で就寝時間の遅い児童の割合が多い。

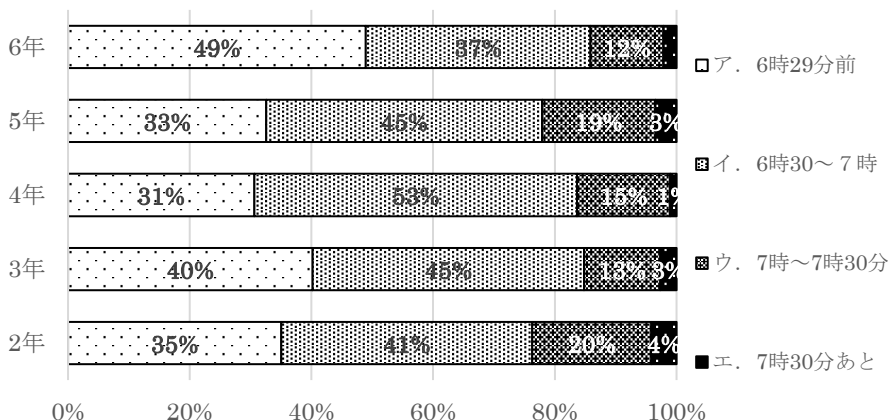
・ 11時以降就寝約45人

● 就寝時刻が遅い理由として、「テレビやゲーム」、「放課後のスポーツ活動や習い事」「宿題」をしているなどがあげられる。

★家庭でテレビやゲームの時間を決める。

★10時までには、就寝できるように計画をたてて宿題や家庭学習に取り組む。

Q 2. あなたは学校のある日は、何時ごろおきていますか？



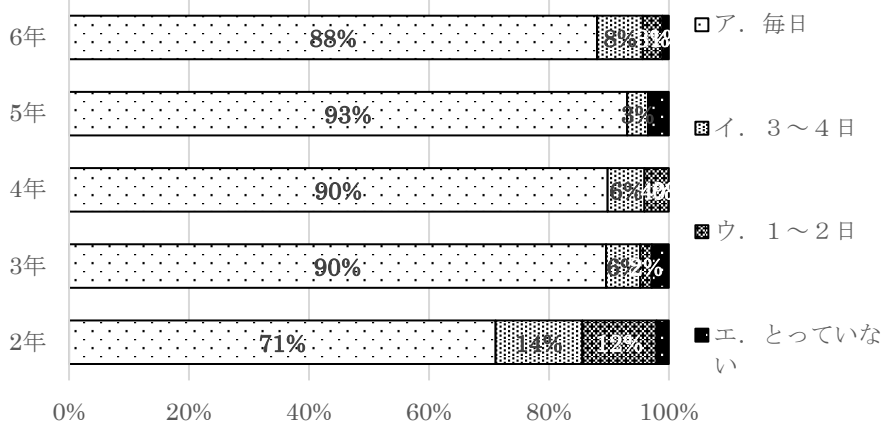
○ 7時までに起きる児童が8割を超え、早起きの習慣がついている。

● 一方、11時以降の就寝時刻と答えた児童も多く、遅い就寝が朝の起床時刻に影響していることがわかる。

・ 7時以降起床約80人

★おそくとも6時30分から7時の間には起きられるように声かけを。

Q 3. あなたは学校に行く前に、一週間でどのくらい朝食をとっていますか？



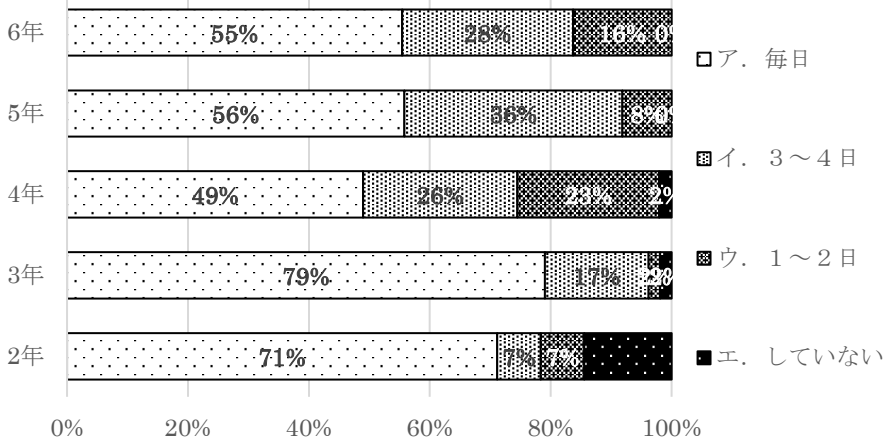
○9割の児童は、毎日朝食をとっている。

●朝食を食べない日がある児童が各学年に10名程度いる。

●毎日、朝食をとっていない児童がいる。

★起床時刻が遅く、朝食を食べられない日があるようなので、朝食は毎日取るようにしてほしい。

Q 4. あなたは一週間にどのくらい体を動かしていますか？
(休み時間の外遊び、スポーツ少年団、運動系の習い事も含む)



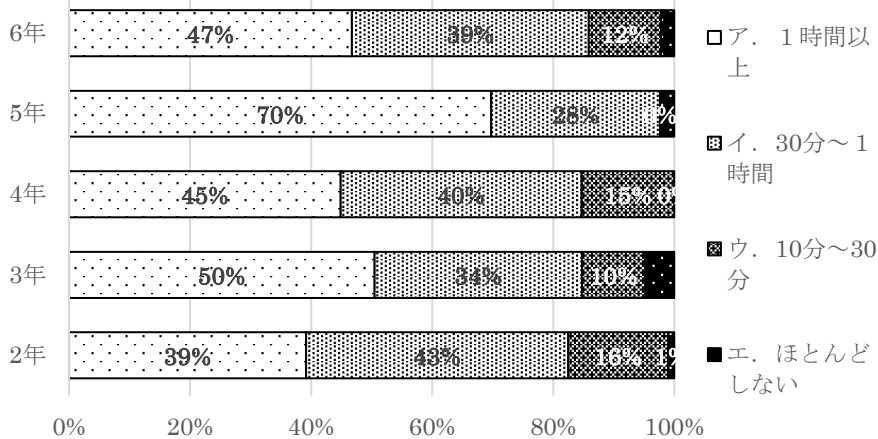
○休み時間は、多くの児童が外で元気よく遊ぶ姿がみられる。

●約2割の児童が週に2日程度しか体を動かしていない。

★休日には、親子で体を動かす時間をつくるといいですね♡



Q 5. 家では平日 (月～金)、1日にどのくらい勉強していますか？
(学習塾も含む)



○ほとんどの児童が家庭学習をしている。

●学習時間が短い児童がいる。

・30分未満 (約50人)

★家庭学習時間の確保をお願いします。

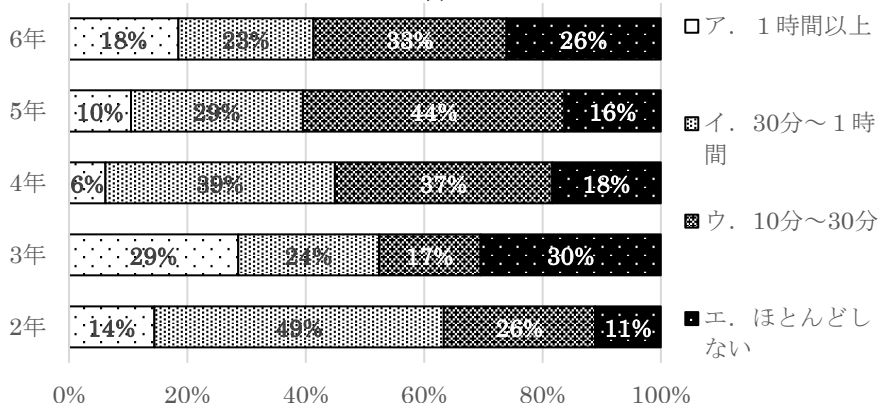
【1・2年生 15～30分】

【3・4年生 30～45分】

【5・6年生 45～60分】

★毎日、宿題への丸つけやサイン、声かけをお願いします。

Q 6. 平日 (月～金) 1日にどれくらい読書をしていますか？
(教科書、まんが、雑誌などは含みません。家や図書館で読書する時間も合わせます)



●読書をほとんどしない児童がいる。

(2年10人、3年32人、4年18人、5年14人、6年24人)

●学校でも読書の時間を確保しているが、ほとんどしないと答えた児童が多いため、学級でも声かけをしていきたい。

★8時からの朝読書に間に合わない児童がいるため、早登校をさせてほしい

★家読(家庭読書)の時間をつくってみませんか♪

