



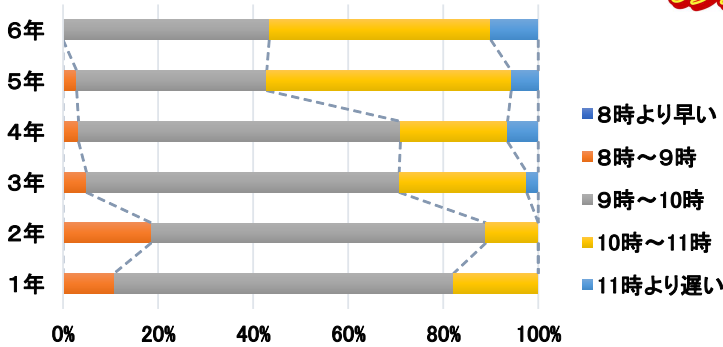
虹をかけよう『にしむた』

令和5年12月22日 NO.34

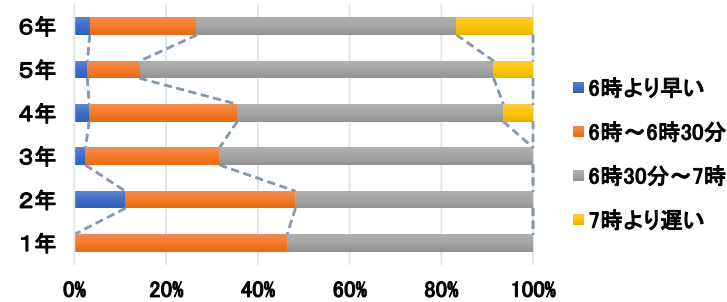
筑後市立西牟田小学校 校長 徳永 裕(文責)

生活アンケートへのご回答 ありがとうございました。

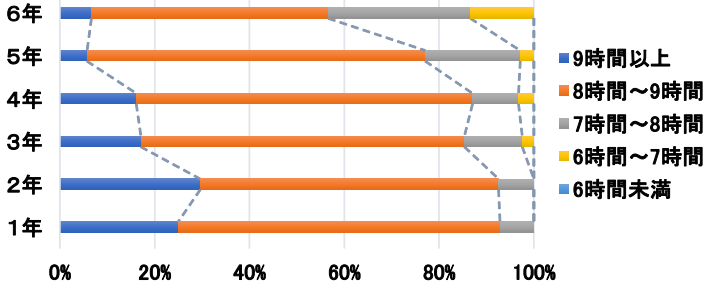
1 平日の就寝時刻



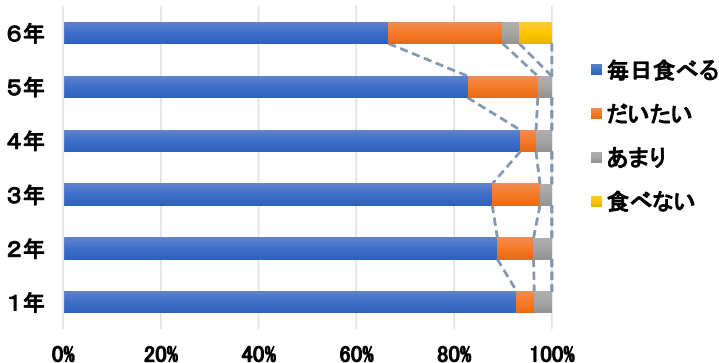
2 起床時刻



3 睡眠時間



4 朝食の摂取



今年度の全国学力学習状況調査について簡単に報告します。

【国語】全国平均を上回っています。

(特によくできていた領域)

○「話すこと・聞くこと」

(主な課題と改善策)

△ 目的を意識して、中心となる語や文を見付けて要約する。

⇒ 複数の言葉(文)や資料から根拠として一番妥当なものを吟味する活動

【算数】全国平均とほぼ同じです。

(主な課題と改善策)

△ 図形の意味や性質

△ 百分率で表された割合

⇒ 図形への書き込みと図形同士の比較

⇒ 数量の関係を丁寧に2段の数直線に表す(ノート指導)

【質問紙】

(特によかったアンケート項目)

○「人が困っている時は進んで助けていますか」

○「人の役に立つ人間になりたいと思いますか」

○「学校に行くのは楽しいと思いますか」など多数の項目

(課題となるアンケート項目)

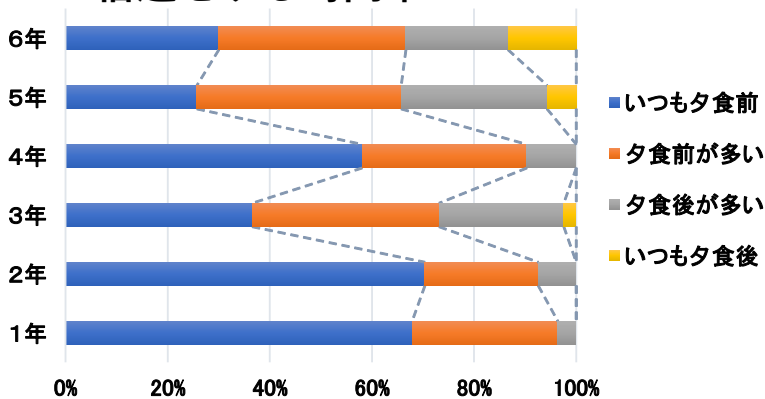
△「朝食を毎日食べていますか」

△「新聞を読んでいますか」

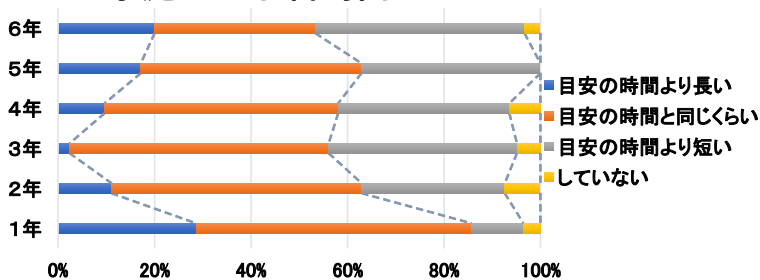
ここ2年間続けて、課題となる項目です。

【裏面に続きます】

5 宿題をする時間帯



6 家庭での学習時間



できます。参考にいただければ幸いです。

紹介する前に、今回のアンケート結果について、簡単にふれさせていただきます。

《平日の就寝時刻・起床時刻・睡眠時間について》

睡眠は、とても大切だと思います。その日1日を左右すると言っても過言ではないように思います。充実した1日にするには、十分な睡眠・質の高い睡眠が不可欠だと考えます。メジャーリーガー大谷翔平選手も睡眠をととても大切にしているそうです。

適切な睡眠時間を確保するためには、上学年でも遅くとも10時までに、下学年は9時までに眠りにつきたいものです。起床時刻のグラフを見ると黄色の部分が少ないのはいいのですが、夜遅くまで起きていることで睡眠時間が削られているように感じます。

すっきりした気分や落ち着いた気分で、登校時刻を待つことができたらいいなと思います。

《朝食の摂取・宿題をする時間帯について》

朝食の摂取については、起床時刻に関係しますが、朝食は1日のスタートラインとも言えると思います。

たまに登校班から遅れて登校する子がいます。その子に「どうして遅れたの？寝坊？」と尋ねると、「いいえ。朝ご飯をゆっくり食べていたら遅くなりました。」ということ。朝ご飯を大事にしているから、何だか安心します。

逆に、4時間目くらいにイライラしている子に「朝ご飯、食べた？」と尋ねると、割と食べていないことが多いように感じます。気持ちの安定にも繋がっているようにも思います。

宿題をする時間帯についてです。これは、私が担任をしていた時にいつもアンケート項目に入れていました。「宿題を夕食前にするのか夕食後にするのか（習い事のない日）」と「単元テストの結果」に相関関係が強いようです。実は、夕食前に宿題を済ませる子どもの単元テストの平均点は、夕食後に宿題をする子どもよりも5点ほど上回る傾向がありました。

「後回し」にしない習慣は大切です。それに繋がることだと考えます。

【次号へ続きます】保護者の皆様の工夫を紹介します。

基本的な生活習慣は、様々な活動に関わってくることだと考えます。そこで、今回「生活アンケート」へのご回答をお願いしました。ご協力いただき、ありがとうございました。

これから冬休みに入ります。生活のリズムが乱れる時期でもあります。アンケート結果を見て、改善した方がよい内容については、何らかの取組をされてはどうかと思います。

また、アンケートには、「ご家庭で何か工夫されていることがあれば、教えてください」と記していました。

多くの方からご記入していただきました。全てを掲載させていた