

学校タイムズ

令和5年9月22日
新潟市立大野小学校
第5号

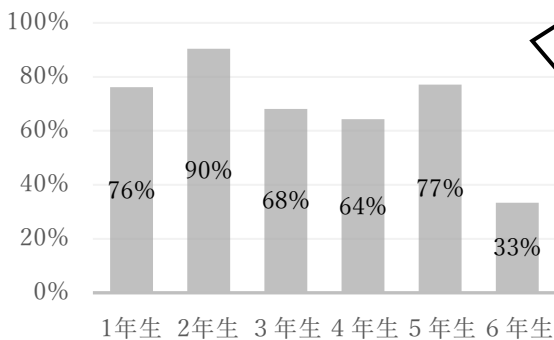
HP <http://www.ohno-e.city-niigata.ed.jp/>

「学習・生活強調週間」の取組の結果について

研究推進部 伊藤優美

7月の学習・生活強調週間では、生活のリズムを整え、家庭学習を見直す取組を行いました。学習・生活がんばりカードの記入から分かる結果と、後期に向けて取り組みたいことについてお知らせします。4～5日間達成できた人の学年別の割合は下の通りです。

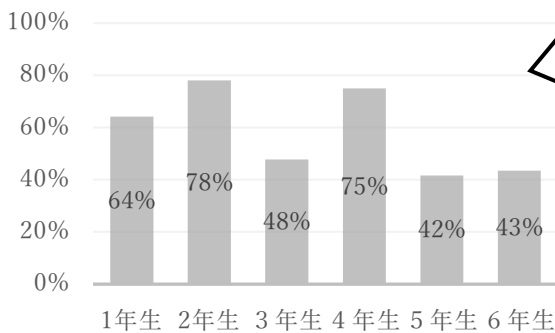
学年×10分以上学習した。



- 学年×10分の学習時間を確保できていない学年があります。今一度、ご家庭でも家庭学習について確認していただきたいと思います。

学校では、タブレットを活用したドリルパークの宿題も配信しています。間違えた問題をAIが分析し自分の苦手なところが出題されるため、個別最適な学習ができるようになっています。また、各学年から配られている自主学習の資料を参考に「やってよかった」と自覚できる家庭学習の内容を工夫してみましょう。

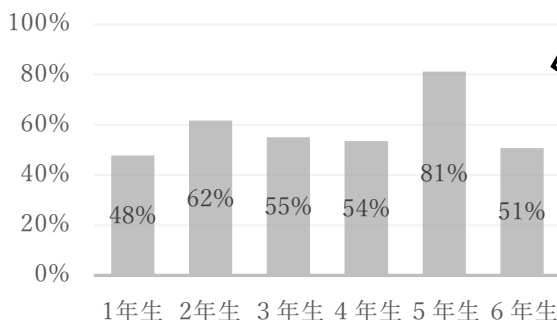
メディア使用は2時間以内にした。



- メディア利用時間は、学年で差が見られるようです。低学年のうち、利用時間を守る児童の割合が多いですが、高学年になると、ある程度は自分で利用時間などを決めて行動するようになるため、つい時間を超えてしまうこともあるようです。

保護者の皆様からも、時々見守りをし、実際何をどの程度の時間利用しているのか確認していただき、もう一度使い方について話し合ってください。

夜決めた時間までに布団に入った。



- 平日の取組の集計であるため、起床時刻は比較的守ることができたようです。けれども、就寝時刻を守れていない児童もあり、結果的に睡眠不足傾向となっています。

睡眠不足が続くと、自律神経のバランスが乱れ、「頭が重い」「イライラする」「疲れがとれない」「よく眠れない」という不定愁訴が出現すると言われています。

寝る1時間前にはメディアをやめて翌日の準備をするなど、ゆとりをもって過ごしましょう。