

家庭での生活習慣に学習時間の定着をお願いします！

なんぽろ 学力向上のメッセージ

保護者の皆さんへ



令和7年12月

子どもが健やかに成長するためには、学校・家庭・地域・行政が連携協働していくことが不可欠です。本年4月に小学校6年生と中学校3年生を対象として実施した全国学力・学習状況調査の結果が公表されました。

南幌町の子どもたちの現状としては、①平日および土・日など家庭学習を全くしないと回答している割合が高くなっているという課題が明らかになっています。今後、必要とされる取組みについて「なんぽろ学力向上メッセージ」を作成しましたので、お子さんと一緒に御家庭でも話し合ってみてください。

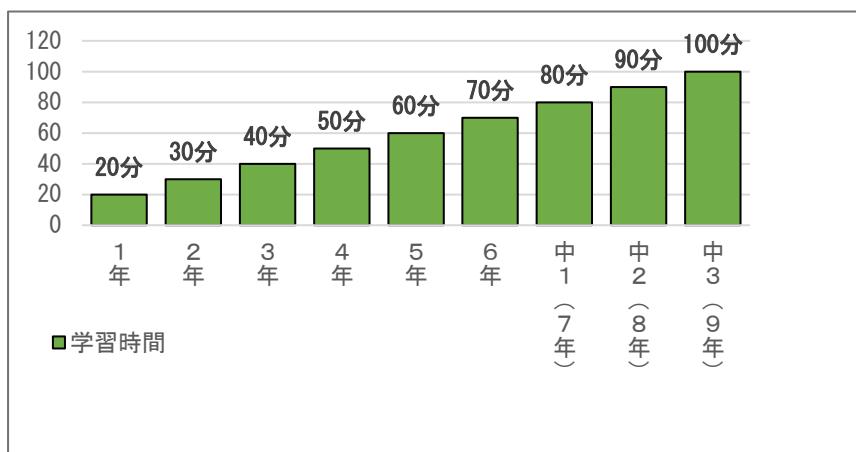
1 望ましい学習習慣の確立！

学年×10分+10分以上



●家庭学習の目安について、よく言われているのは【学年×10分】を基本とし、児童生徒の実態や学年等に応じて、【+10分】です。

もちろん、学習時間の長さだけでなく、学習内容が大切ではありますが、まずは家庭学習を習慣化することが肝要です。普段から家庭学習が習慣化となるよう、子どもと一緒に学習時間の計画を立て、無理なく取り組めるサポートをしてあげてください。

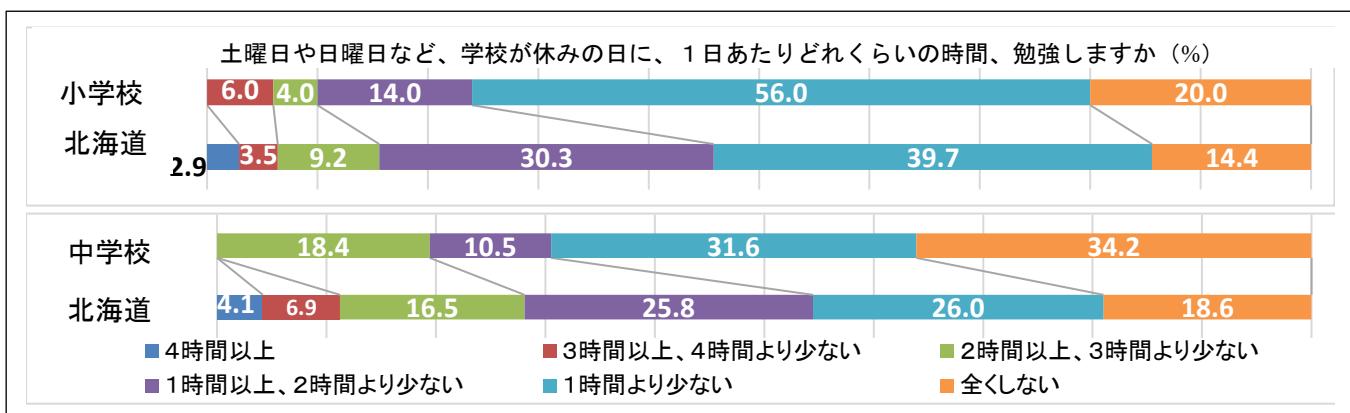
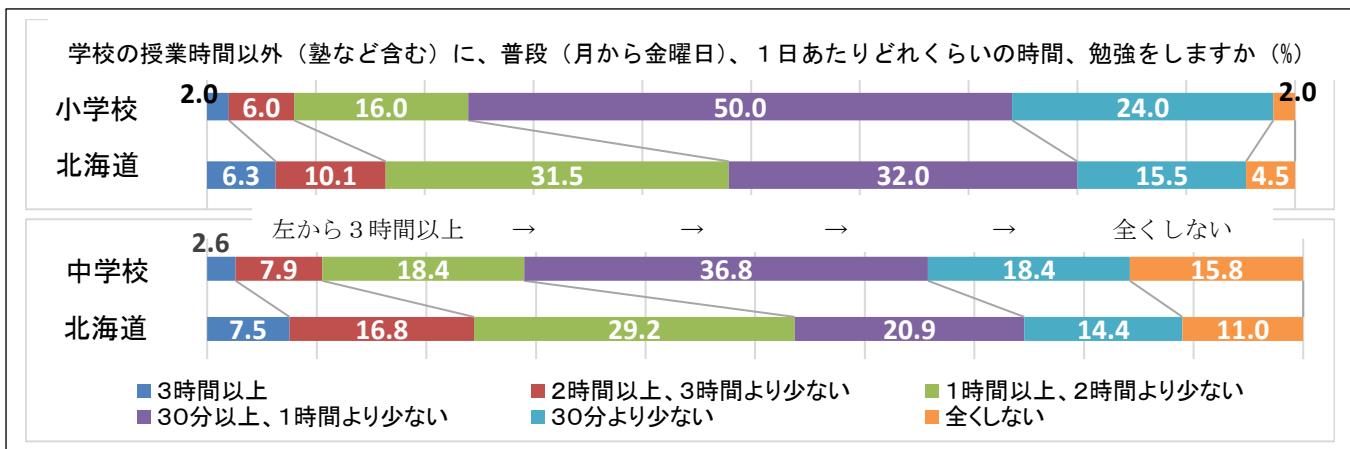


平日、授業時間以外に学習する時間（宿題、家庭学習、学習塾、家庭教師含む）の目安です。

発達の段階に応じて無理なく学習時間を増やしていく工夫が必要です。

南幌町の子どもたちの学習時間

●学習時間は北海道と比べて少ない状況で、家庭学習習慣の定着が不十分な傾向にあるようです。毎日決まった時間に家庭学習を続けるうちに、勉強が子どもの生活習慣の一部になっていきますので、勉強する習慣を早めに身につけましょう。



●子どものノートや学習したプリントなど、できる限り、目を通してください。

家庭学習を継続させるためには、持ち帰ってきたプリントなどに目を通し、学習の過程を見守り、励ましてあげてください。保護者の見守りが大切です。
頑張りの過程をほめる、励ますことで、やる気を引き出すことに繋がっていきます。



①褒める

・頑張ってできしたこと、挑戦しようとしたことを認めて、褒め、子どもの「やる気」を育てましょう

②見守る

・子どもが家庭学習の計画を立て、取組む姿を見守り、応援して、子どもの自主性を育てましょう

③決める

・スマートフォンやゲームをする時間の約束を家族と一緒に決め、一日の時間を大切にする意識を育てましょう

「基本的生活習慣を身につけましょう！」

●夜の就寝時間が乱れてくる原因の一つは、ゲームやスマートフォンの視聴時間が考えられます。

家庭内でのルールは決めていますか、そしてきちんと守られていますか。

もう一度、子どもたちと一緒に話をして、振り返ってみてください。

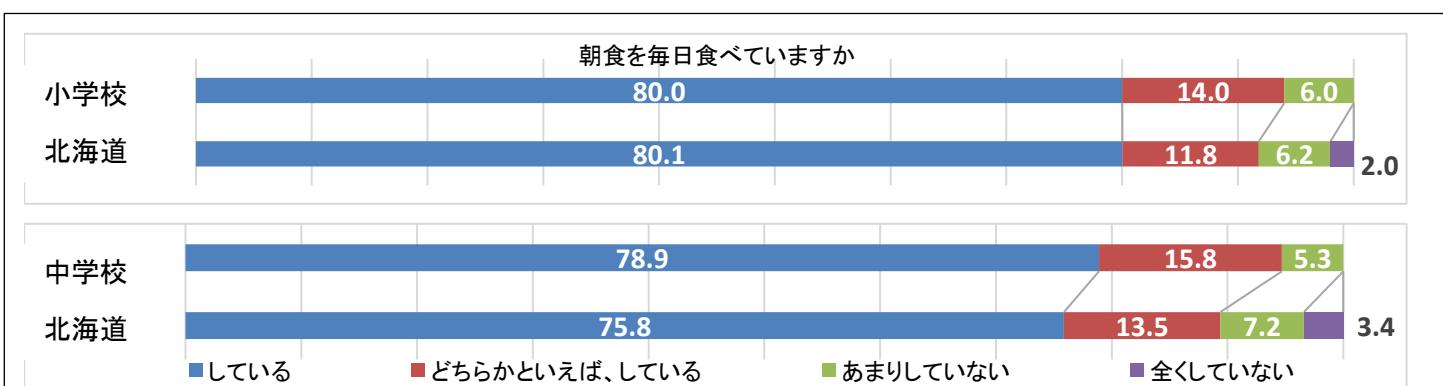
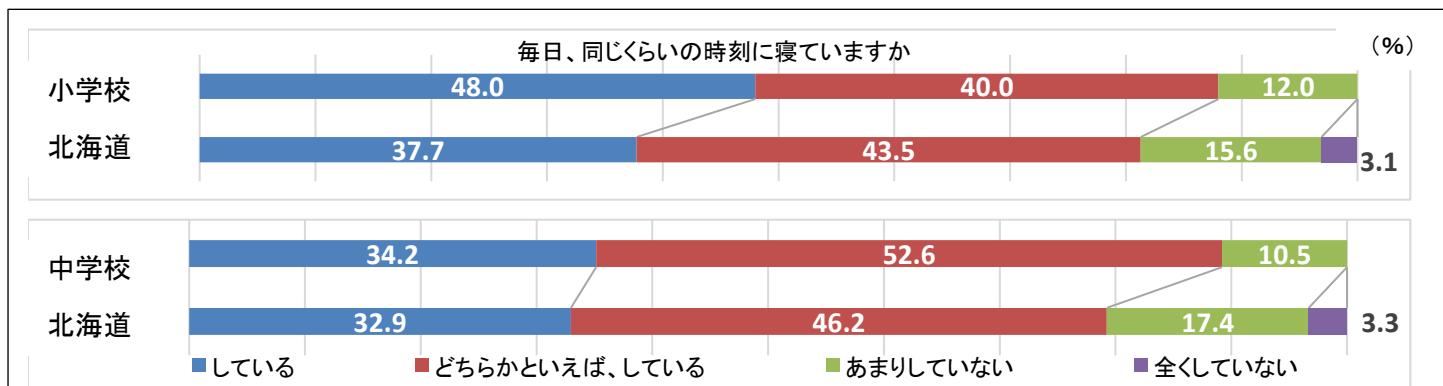
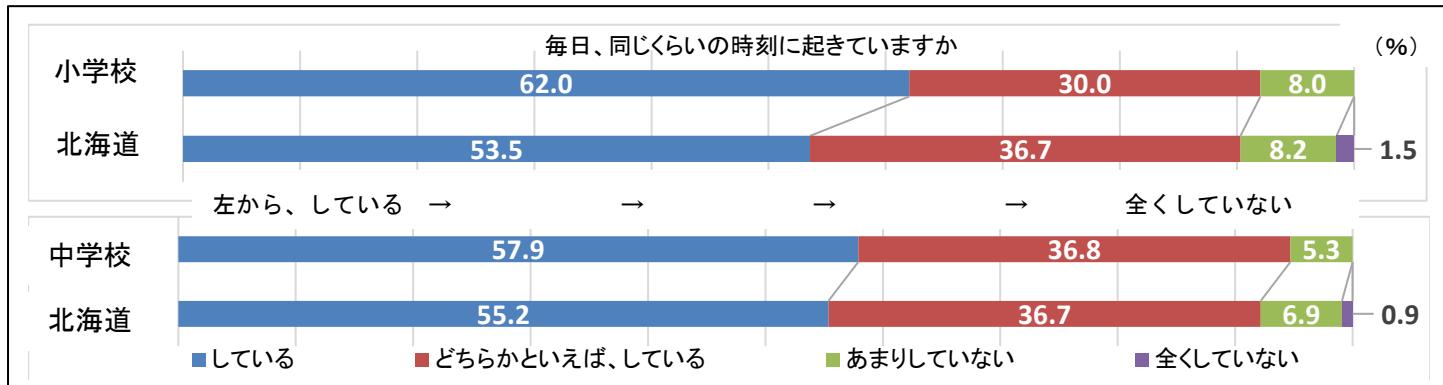
2 普段のお子さんの睡眠時間は何時間？ 時間

●毎日「同じ時間に寝ている」「同じ時間に起きている」児童生徒は、正答率が高い傾向がみられますので、1日の内で、睡眠時間をどのくらい確保するか、子どもたちと話し合ってみましょう。

夜の就寝時間が乱れてしまうと、朝の起床時間にも影響が出て、すっきりとした目覚めにならなく、朝食も食べずに学校に登校してしまうことになります。

朝食を毎日食べることや、早寝・早起きなど、望ましい生活習慣を身に付けることは、子どもたちの学びの土台に繋がります。

充実した毎日を過ごせるよう、ご家庭でもお子さんの生活リズムを整える手助けをしてあげてください。



南幌町の子どもたちの読書時間

3 まずは1日10分以上

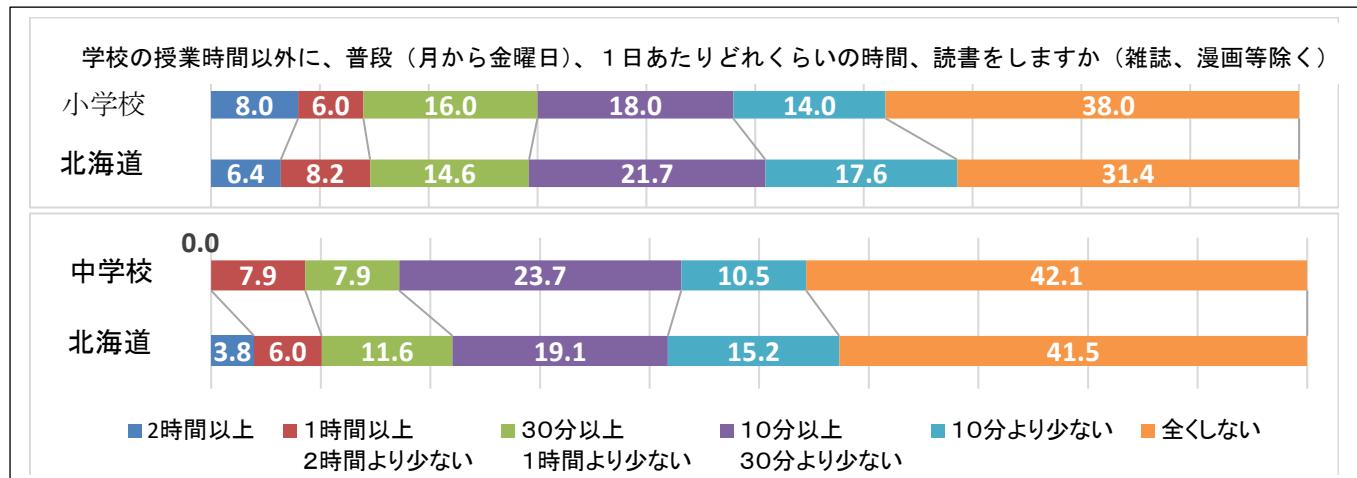
●学校の授業時間以外に普段、家や図書館で読書をする時間の目安です。

●今年度の本町の結果をみると、「読書時間10分以下」と回答した児童生徒の割合が調査の中で多かった結果となっています。



●読書時間が長い児童生徒ほど学力が高い傾向が見られ、理解力（読解力）向上に繋がりますので、まずは1日10分以上の読書時間を確保しましょう。

●寝る前や夕食後など、時間や曜日を決めてテレビやスマホから離れて読書する時間を家族の中で設けてみてはいかがでしょうか。



◎全国学力・学習状況調査の結果

【小学校 6年生】

	国語	算数
全国	66.8	58.0
全道	65.0	55.0
南幌町	69.0	54.0

【中学校 3年生】

（単位：%）

	国語	算数
全国	54.3	48.3
全道	54.0	47.0
南幌町	53.0	45.0

※問題出題数に対する平均正答率で表記（平均正答率＝平均正答数÷問題出題数×100）

◎目標時間を決めましょう

●規則正しい生活習慣や学習習慣を身に付けるために、目標時間を決めましょう。

①学習時間（べんきょう）

時間 分

②読書時間（どくしょ）

時間 分

③睡眠時間（すいみん）

時間 分

④運動時間（うんどう）

時間 分

⑤テレビやゲームなどの時間

時間 分

※新聞やニュースで知る社会の問題や、子どもたちの身の回りで起こる生活の問題について、家庭内で積極的話題にし、様々な考えがあることを学び、コミュニケーションを通じて、**お子さんがどのように考え・感じているのかを共有して、それを受け止め、見守ってあげてください。**