

# 子どものよりよい育ちのために 家庭で取り組む7つのポイント

名寄市教育研究所／名寄市教育改善プロジェクト委員会

## 《保護者の皆様へ》

名寄市教育研究所では、家庭学習の実態調査や全国学力・学習状況調査の結果等から本市の子どもたちのよさや学習・生活面の課題を分析し、課題の克服に向けては「家庭で取り組む5つのポイント」を示して皆様に協力をお願いしてまいりました。

その結果、朝食を毎日食べる子どもが増えるなどの成果が見られる一方、未だテレビゲームをする時間が長いなどの課題が残されています。また、近年では、全国各地で、子どもが携帯電話のメール等でトラブルに巻き込まれるなどの事案が起きています。

そこで、子どもたちの学習・生活面の継続的な課題を解決するとともに喫緊の事案に対応するため、所内の名寄市教育改善プロジェクト委員会において、従前の5つのポイントの内容を見直し、新たに「読書習慣の定着」と「いじめの防止」の2項目を加えて、「家庭で取り組む7つのポイント」を作成しました。

今後は、この7つのポイントに基づき、学校と家庭や地域が一体となって、子どもたちを健やかに育てていただきますようお願いいたします。



7つのポイントをどうぞ  
よろしく！

## 1 朝食を食べる習慣が大切です。

○朝食を摂らないで登校する子どもが見られます。

毎朝、早めに起きて、必ず朝食を食べて登校するよう促しましょう。

★朝食を食べると、午前中の体温を維持し元気に活動することができます。

## 2 節度ある生活習慣が大切です。

○テレビを視る時間やテレビゲームをする時間が長い傾向が見られます。

お子さんと話し合っ、テレビやテレビゲーム、携帯電話などのメディアに触れる時間が長くないようルールを決めましょう。

★1日2時間以内にすることが望ましいと言われています。

→裏面に続く

### 3 家庭で学習する習慣が大切です。

○家庭学習の時間が少ない傾向が見られます。

学年×10分＋10分以上を目安に、家庭学習に取り組むよう励ましてあげましょう。

※中学1年生は義務教育の第7学年、2年生は同じく第8学年  
3年生は同じく第9学年で考えてください。

★時間については、あくまでも目安として示していますので、各学校から示されている時間を目標にして取り組むよう励ましてください。

### 4 読書に親しむ習慣が大切です。

【追加項目】

○家では、ほとんど読書をしない子どもが見られます。

まずは、家族で一緒に読書を楽しみましょう。

★例えば、家族で同じ本を読んで話し合うことや家族と一緒に図書館に行くことなどが考えられます。

### 5 運動する習慣が大切です。

○体力テストなどの結果から、体力が低い傾向が見られます。

スポーツ以外にも、掃除や雪かきなど家の手伝いを勧めましょう。

★例えば、雪かきは、安静時の6倍の運動量があるとされています。



### 6 自尊感情を育むことが大切です。

○「自分には、よいところがある」と思っていない子どもが見られます。

お子さんの努力を認め、励ましてあげましょう。

### 7 いじめは許されないと教えることが大切です。

【追加項目】

○「いじめは許されない」という考え方について、「そう思わない」「わからない」という子どもが見られます。

日ごろから、約束やきまりを守ること、命の大切さや思いやりの心などについて、親子で一緒に考えるようにしましょう。

★国のいじめ防止対策推進法第4条で、児童生徒は、いじめを行ってはならないことが定められています。