

# 美里の子どもたちに「学ぶ力」をつけるために

望ましい生活習慣と家庭学習習慣の確立をめざして！

## 学力と生活習慣には密接な関係があります（全国学力・学習状況調査から）

学力の高い児童生徒には、以下のような共通する点が見られます。

- 朝食をきちんと摂る
- 家庭で学習する習慣がある
- ゲーム、DVD、テレビ、スマホ等の時間をコントロールしている  
（※家庭内で使い方や視聴のルールができています）
- 読書の習慣が身につけている

## 家庭生活習慣のポイント

	幼・保・園	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学校
<b>生活習慣</b>  早寝 早起き 朝ごはん	就寝	～午後9時	～午後9時	～午後9時30分	～午後10時
	起床	～午前7時	～午前7時	～午前6時30分	～午前6時30分
睡眠時間 7時間程度					
朝食（単品にならない工夫）を摂ってから登所・登園・登校させましょう					
<b>家庭学習</b> 	1日の出来事を話す	「学年×10分+10分」以上			1年：90分以上 2年：90分以上 3年：120分以上
	○子どもと向き合って ○相づち打って	○めあてと開始時間を決めて    ○「ながら」はしない    ○集中して			
<b>テレビ・ゲーム・スマホ等</b> 	メディアコントロールデーを活用して、メディアをコントロールする力をつけさせましょう				
	○食事中はテレビを見ない	○テレビ、ゲームは時間を決めてやらせる			
	○テレビやゲームDVDは時間を決めて	○スマホや携帯は、原則持たせない。持たせる場合は、家庭で使用ルールを決める			
		○スマホや携帯は学校へ持っていかせない			
	○保護者は与えるゲーム機等の機能を把握する				
<b>読書習慣</b> 	「美里町おすすめ図書30選」の完全読破に挑戦してみましょう				
	年間30冊以上	40冊以上	30冊以上	20冊以上	12冊以上
	○読み聞かせ	○読み聞かせ	○学級図書の活用	○図書室の活用	○学級図書の活用 ○図書室の活用
<b>みさと運動</b> みんなであいさつ明るい笑顔 さわやか返事ははっきり「はい」 どこでもはきものしっかりそろえ	(み) みんなであいさつ明るい笑顔    (さ) さわやか返事ははっきり「はい」    (と) どこでもはきものしっかりそろえ				
	みんなであいさつ明るい笑顔	相手を見て元気な挨拶	相手を見て自分から挨拶	時と場に応じた礼儀を	
	さわやか返事ははっきり「はい」	「はい」という返事は、相手の顔を見て「はっきりと」そして、「さわやかに」			
	どこでもはきものしっかりそろえ	履物がかかとを揃える	いつでもどこでも 履物を揃える (自分の履物も、まわりの履物も)		

会津美里町学力向上推進協議会 家庭学習推進委員会

問い合わせ先：会津美里町教育委員会 こども教育課（TEL0242-78-2112）