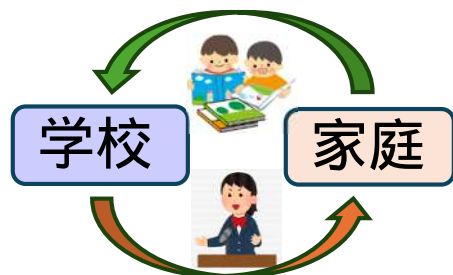


子どもたちの家庭での過ごし方について



学校と家庭，双方が，効果的にバランスよくはたらくとき，子どもたちは輝きを増します。

このリーフレットは，学校と家庭が連携し，子どもに寄り添いながら一人一人の力を伸ばすためのものです。

1 基本的な生活リズムを整えることから始めましょう！



早寝・早起き・朝ご飯

南相馬市では『朝食を食べる子どもは正答率が高い』傾向にあります。（R6全国学力・学習状況調査から）

集中力UP

効率よい学習

疲労回復

記憶力UP

望ましい生活

精神的な安定

規則正しい生活をする時，子どもたちにとってメリットがいっぱいあります。学校生活にもプラスになりますので，生活リズムが崩れないようお願いいたします。

2 メディアコントロールがとても大事です！



令和6年度全国学力・学習状況調査の児童生徒質問紙では，平日，3時間以上メディア（テレビ・スマホ・ゲームなど）を使用している南相馬市の子どもたちが50%以上になっています。長時間の使用は，生活リズムの乱れ，視力低下，依存症など体や心への影響が心配されますので，各家庭で使用する時間，場所などについて話し合って約束事を決めてください。

メディアは，扱い方を間違えると犯罪の加害者や被害者になることがありますので，メディアにフィルタリングをかけましょう。

3 親の関心が学力を伸ばします！



親子のコミュニケーションは子どもの学力に大きく影響します。
『親とかかわる時間が多いと，子どもは落ち着き，勉強にも集中できる』とされています。
そのために，

○ 子どもと一緒に本を読んだり，様々な活動に参加したり，同じ経験をする機会を持ちましょう。

○ 授業のノートや家庭学習ノートに目を通して，子どもの学びの様子について話をする機会を持ちましょう。

○ 子どもの頃の夢や頑張ったことを話したり，時には将来の進路について話し合ったりしましょう。

家庭学習について，各学校より家庭学習の手引きが配布されていますので学習時間，学習の仕方などご確認ください。



家庭学習は**継続**することが大事です。子どもたちの可能性が伸びるよう『ほめて』育てていきましょう。