

# 学力向上は生活習慣から！

中学3年生のももこさんが、学校だよりを母親に見せています。2人は何を話しているのでしょうか？



母「みちこ」



「ももこ」

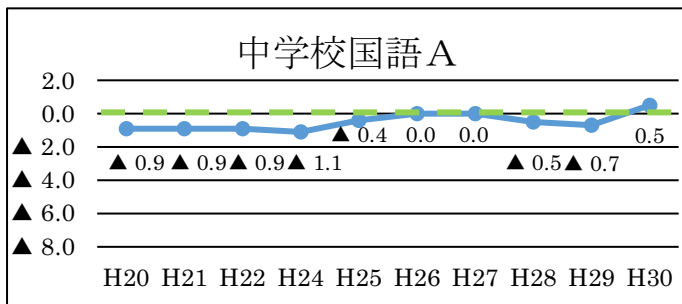
ももこ：「ただいま。はい、これ、学校から。」

みちこ：『全国学力・学習状況調査の結果』か。  
これ、あなたも受けたんでしょ？」

ももこ：「うん。全国の小学6年生と中学校3年生  
それぞれで全員同じテストを受けるの。」

みちこ：「北海道では・・・『中学校では2教科で全国平均を上回った』のね。」

中学校国語A

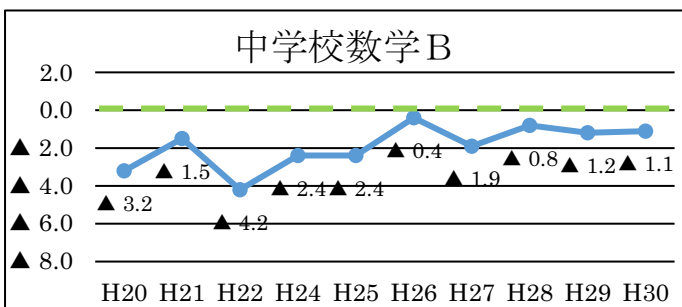


\* グラフ中の --- は全国平均、— は北海道の平均を表します。  
\* 会話中の「A」は「基礎的な問題」、「B」は「応用的な問題」のことです。



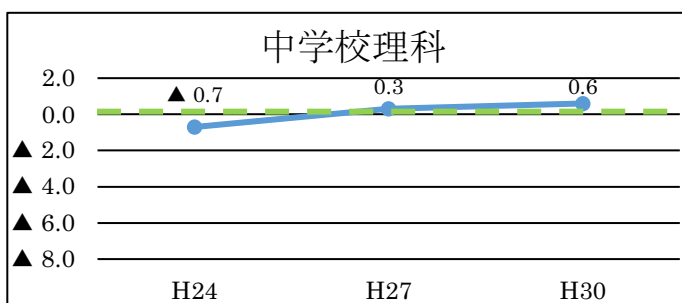
中学校国語Aは全国平均を上回ったよ。

中学校数学B



中学校数学Bは全国平均以下だわ。

中学校理科



中学校理科は全国平均以上だわ。

学校や家庭・地域での取組によって、北海道の子どもたちの学力は上がってきていますが、まだまだ改善しなければならないことも多い状況です。

こうした中、子どもたちの学力と生活習慣は深い関係があることがわかっており、学力向上のためには、家庭での望ましい生活習慣づくりに取り組むことも大切です。



家庭では、どんなことをしたらいいのかしら？

わたしがお答えします！  
子どもの学力を上げるためには、学校や家庭での勉強はもちろんですが、実は、望ましい生活習慣をしっかりと身に付けさせることも、とても大切なことです。



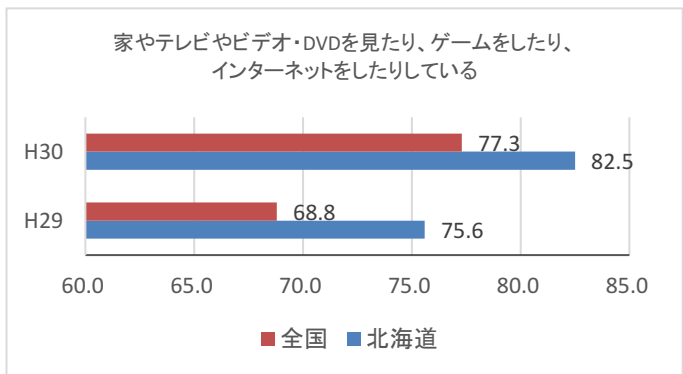
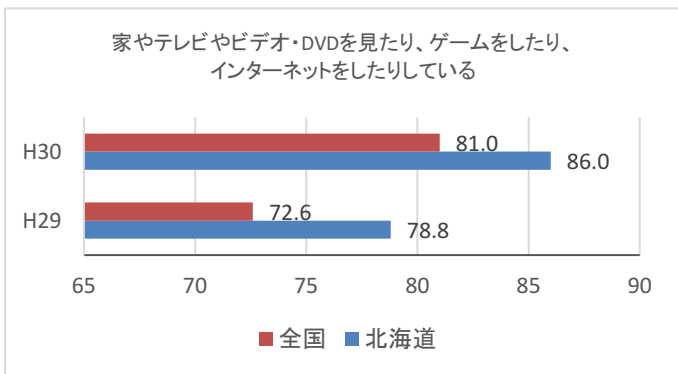
望ましい生活習慣って、例えばどんなこと？

決まった時刻に寝る・起きる・朝ごはんを食べること、時間の使い方をしっかり意識すること、などですね。  
特に北海道の子どもたちは、テレビゲームやネットの利用時間が長い傾向があります。



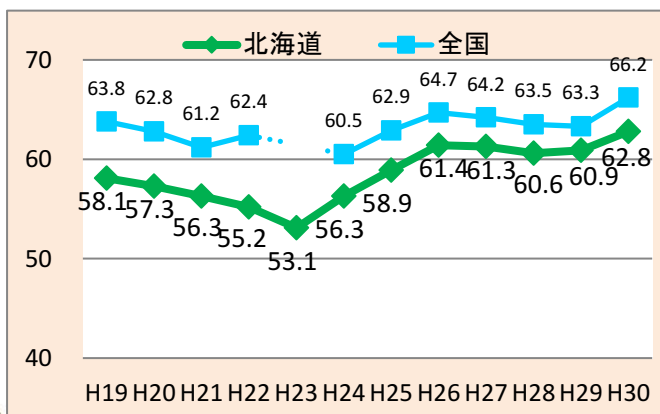
放課後には何をしてお過ごしが多いですか【小学校】

放課後には何をしてお過ごしが多いですか【中学校】



なるほどねえ。全国に比べ、小学校は5.0ポイント、中学校は5.2ポイント高くなっているわ。ゲームやネットをするために、勉強時間や睡眠時間を犠牲にしてるって、前に聞いたことがあるわ。他には、どんなことがあるの？

普段、1日当たり10分以上読書している児童



読書活動や体験活動も大切です！習慣化したいですね。  
でも、いずれにしても、家族で話し合って家での過ごし方のルールをつくるのが重要かと。



わかったわ。家庭で子どもが納得いく内容のルールを決めて、保護者が責任をもって管理することが、望ましい生活習慣づくりのポイントってことね。

