

# 家庭学習のすすめ Vol.6



## 大崎町立大崎小学校

校長：竹下 健一郎 教頭：上江洲 照男

【児童数】329名

1年生	54名	4年生	47名
2年生	60名	5年生	39名
3年生	61名	6年生	68名

### 《学校教育目標》

学ぶ意欲と豊かな心を持ち、心身ともにたくましい大崎の子どもを育てる。  
～人権尊重の理念に基づき、自他共に大切に、夢や希望を持った子どもの育成～

### 《キャッチフレーズ》

笑顔で あいさつ 気づき 考え 実行する 大崎小の子



## 1 家庭学習強調週間の取組紹介



現在、「家庭学習の手引」を作成中です。

- ・ 宿題の見届けをすると、子どもの理解力を実感することだけでなく、得意・不得意も分かった。
- ・ 子どもと一緒に取り組む時間が増えた。
- ・ この機会にメディア使用のルールを作ることができた。
- ・ 親子で本に触れ合ういいきっかけとなった。

### 保護者の感想より



- ・ 新聞を音読させるのも効果的だと感じた。社会の動静を学びつつ音読できる。
- ・ 学校から帰ってきたらすぐ宿題をして、家のお手伝いをしてくれるようになった。
- ・ 毎日学習を親子ですることによって、子どもの成長が把握できたり、学習に対する姿勢が良くなったりした。
- ・ テレビを消して食事をしたら、いつも以上に家族団らんできた。

平成三十年度の結果	子どもの取組（実施できた日数／7日中）						保護者の取組（％）					
	ノーテレビ	ノーゲーム	親子読書	早寝	早起き	朝ごはん	学習環境	宿題見届け	音読聞取り	早寝	早起き	朝食
1学期	3.2	5.1	2.6	5.9	6.2	6.8	76.5	73.5	80.4	81.0	90.4	98.6
2学期	2.6	5.2	2.5	6.0	6.3	6.9	73.7	74.8	81.1	81.4	93.1	96.7
3学期	3.1	5.0	2.5	5.6	6.1	6.9	72.4	72.3	81.9	79.6	91.4	97.9

本年度、開かれた学校を目指し、毎月第二土曜日を自由参観日としました。  
どなたでも参観可能ですので、お気軽にお越しください！



## 2 増田クリニック医院長増田彰則先生の講話内容をご紹介します！

- ① 日光（特に朝日）を浴びることで睡眠を促す「メラトニン」という物質が夕方以降脳に出てくる。
- ② 睡眠中に学習した内容が脳の中で整理されていく。なので、寝る前に学習をするほうが良い。
- ③ ゲームのし過ぎで糖分（ブドウ糖）が失われる。糖分が不足することで、甘いものを多く食べるようになる。また、ゲームのし過ぎは運動不足にもなる。結果、肥満の原因になる。
- ④ スマホやゲームの光は、脳を興奮状態にするため、眠れなくなる。
- ⑤ ゲームは、1時間以内ならば特に脳に大きな影響はない。
- ⑥ 小学生は9時間以上の睡眠が必要。寝る子は育つ。寝ている最中に脳は成長する！

