



カンムリウミスズメ

門川町教育研究所

ふれあい

平成23年12月NO8
発行 門川町教育研究所
所長 新原とも子
TEL 63-1566
五十鈴小学校内(教育相談室)

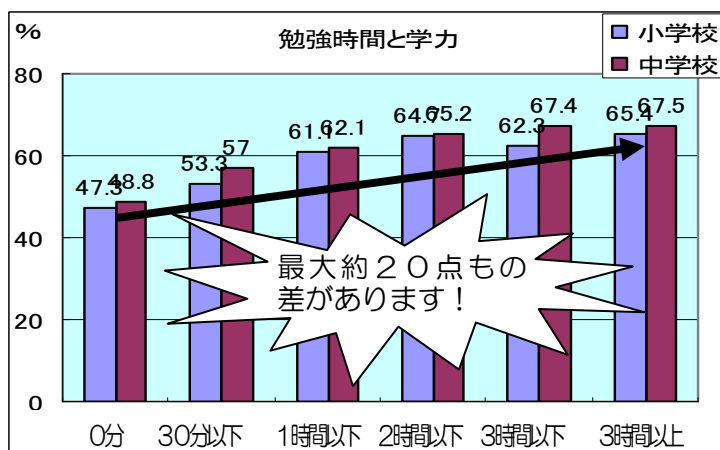
生活習慣は、学力を育てる原動力です！

今回の「ふれあい8号」では、平成22年度の全国学力調査・学習状況調査の結果をもとに、家庭での生活習慣が学力を支えている、という情報をお伝えします。見えない学力とも言われる生活習慣をしっかり育て、将来に夢をもって生き抜く原動力である「確かな学力」を育てる家庭教育に努めるのは親の役割でもあります。この機会に、わが家の生活習慣もう一度見直して、子どもの生活習慣づくりに取り組みましょう。

毎日の勉強の積み重ねで、20点もの学力差が生まれます！

＊ 勉強と生活習慣の差が、学力の差につながっています。

平成22年度全国
学力・学習状況調査
(小6・中3)より



グラフを見ると、小学6年生では、毎日1～2時間の家庭での勉強が必要です。中学3生では、3時間以上勉強している生徒の学力が高くなっています。毎日の勉強の積み重ねが学力に直結していると言えます。

国語A(12点)
国語B(16点)
数学A(25点)
数学B(22点)
※ 中学3年生で3時間以上勉強する場合と勉強しない場合の

教科では、系統性のはっきりしている数学での学力差が大きくなっています。

(Aは知識、Bは活用問題)

早起き・早寝・睡眠時間・朝ご飯で、最大34点もの学力差が出ています！

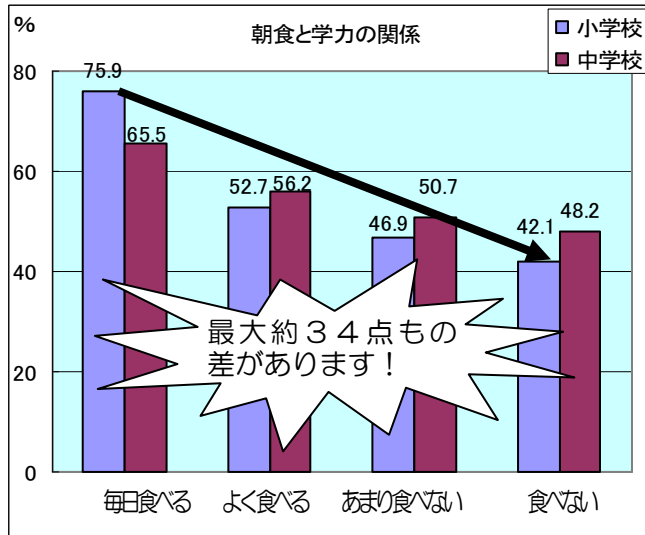
＊ しっかり睡眠をとって早起きし、毎日朝食をしっかりと食べること大切です。

小学6年生での学力差

- 1 朝食を食べる(34点)
- 2 朝起きる時刻(27点)
- 3 睡眠時間(20点)
- 4 夜寝る時刻(12点)

中学3年生での学力差

- 1 朝起きる時刻(19点)
- 2 朝食を食べる(17点)
- 3 睡眠時間(17点)
- 4 夜寝る時刻(7点)



朝食を食べる子と食べない子の学力差は、小学生で34点と大変大きくなっています。

起きる時間は、6時前後が一番学力が高く、寝る時間は、小学生が10時頃、中学生が11時頃に寝る場合、学力が高くなっています。

睡眠時間は、小学生では8時間、中学生では6～7時間が、学力が高くなっています。

テレビやゲーム、携帯電話で、最大19点もの学力差が生まれます！

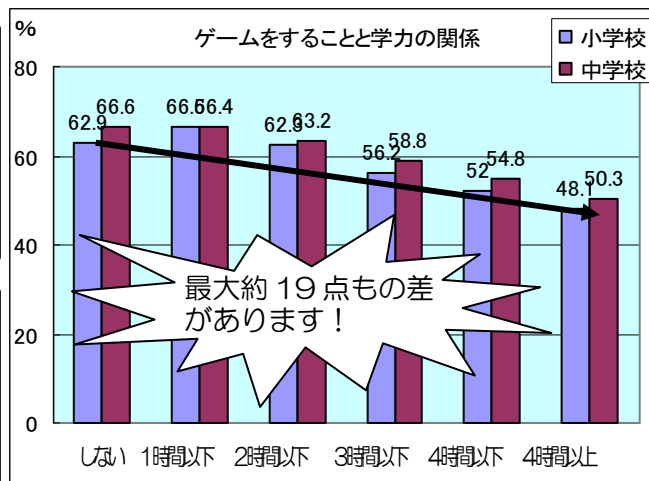
＊ ゲームやテレビ、携帯電話の使い方のルールをつくることが大切です。

小学6年生での学力差

- 1 ゲーム（19点）
- 2 携帯電話（13点）
- 3 テレビ・DVD（4点）

中学3年生での学力差

- 1 ゲーム（16点）
- 2 テレビ・DVD（8点）
- 3 携帯電話（4点）



小・中学校とも、ゲームをしないか、1時間以下の場合と4時間以上する場合を比較すると、約16点以上の学力差があります。

テレビなどの時間や携帯電話を使う時間も学力に関係しています。

考え方や気持ちの持ち方、親子の関係のあり方で、21点もの学力差が出ています！

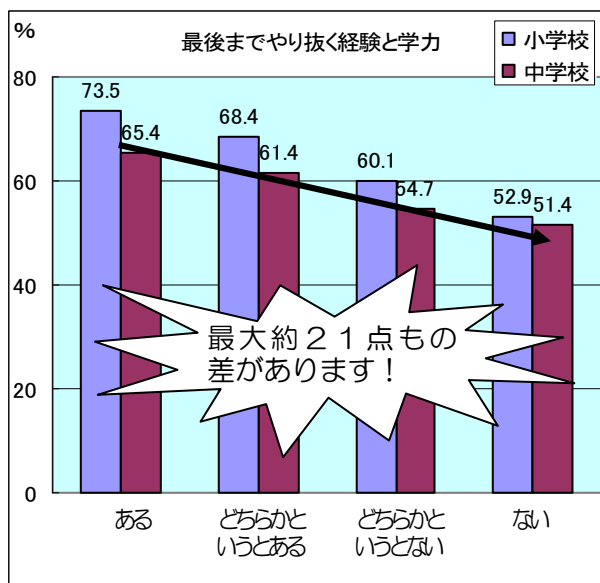
＊ 親子の会話や親子でのさまざまな体験活動が、学力に深くつながっています。

小学6年生での学力差

- 1 最後までやりとげる（21点）
- 2 難しくても挑戦する（15点）
- 3 ニュースへの関心（14点）
- 4 家庭での会話（14点）
- 5 自尊心がある（10点）
- 6 夢や希望がある（7点）

中学3年生での学力差

- 1 最後までやりとげる（14点）
- 2 ニュースへの関心（13点）
- 3 家庭での会話（12点）
- 4 難しくても挑戦する（11点）
- 5 自尊心がある（8点）
- 6 夢や希望がある（4点）



小学生では、最後までやりとげた経験のある子とない子とでは、約21点、中学校では約14点の学力差がありました。

新聞やテレビのニュースへの関心も小中学校で共通していました。親子でニュースを見る、話題にすることなどが大切です。

教育研究所からのメッセージ

今回は、生活習慣と学力の深いつながりを取りあげました。確かな学力は、毎日しっかり勉強すること、望ましい生活習慣とから生み出されます。この大切な生活習慣をつくることは、親の重要な役割です。もう一度、わが家の生活習慣やルールは大丈夫か、しっかり見直しましょう。

子育てや教育のことなどで、悩んでいませんか？

困った時、迷った時は、
教育相談室に気軽に電話してください。

電話相談（門川町教育相談室）
63-1566

~~~~~返信欄（教育研究所便り「ふれあい」へのご意見やご感想をお聞かせください。）~~~~~