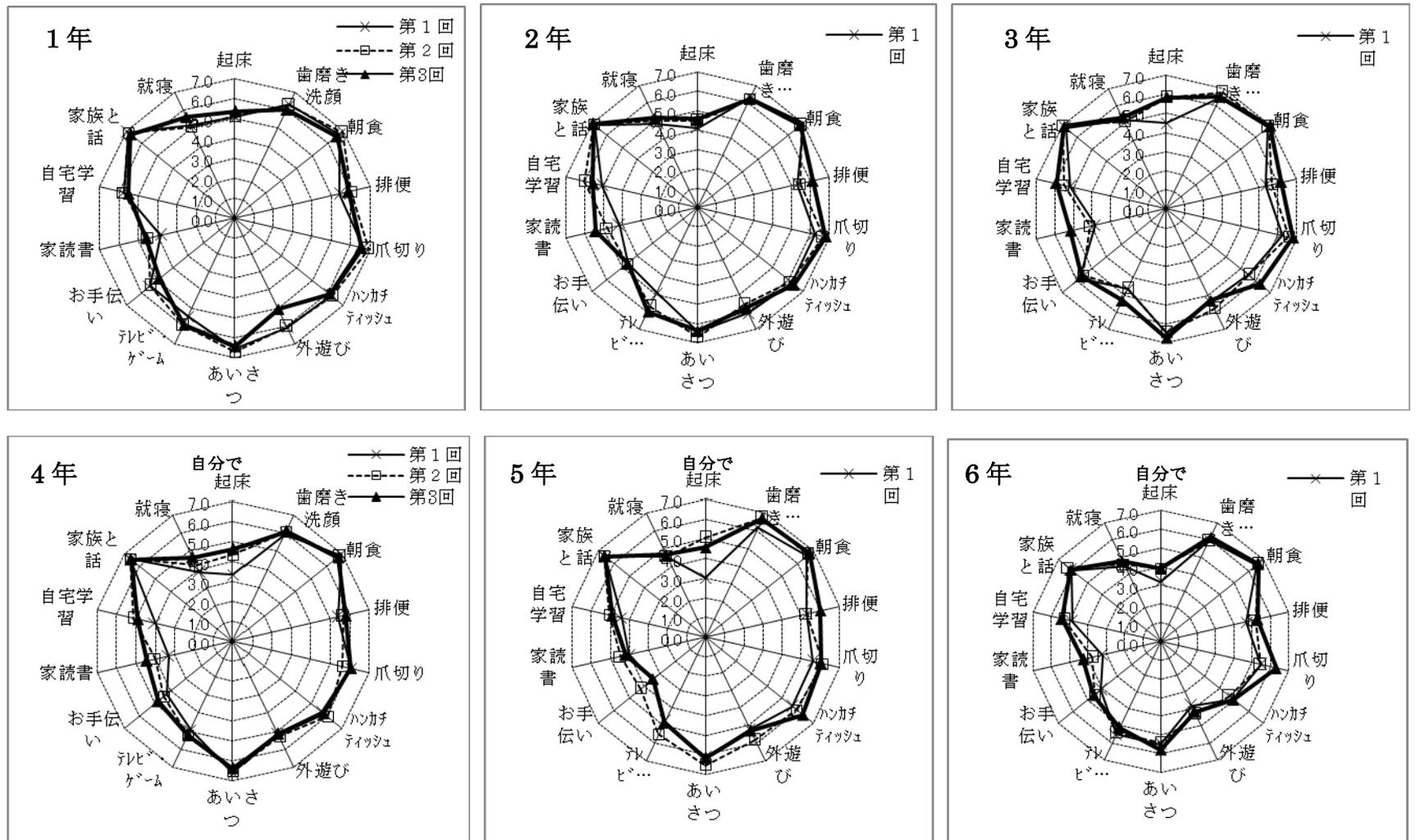


かけはし

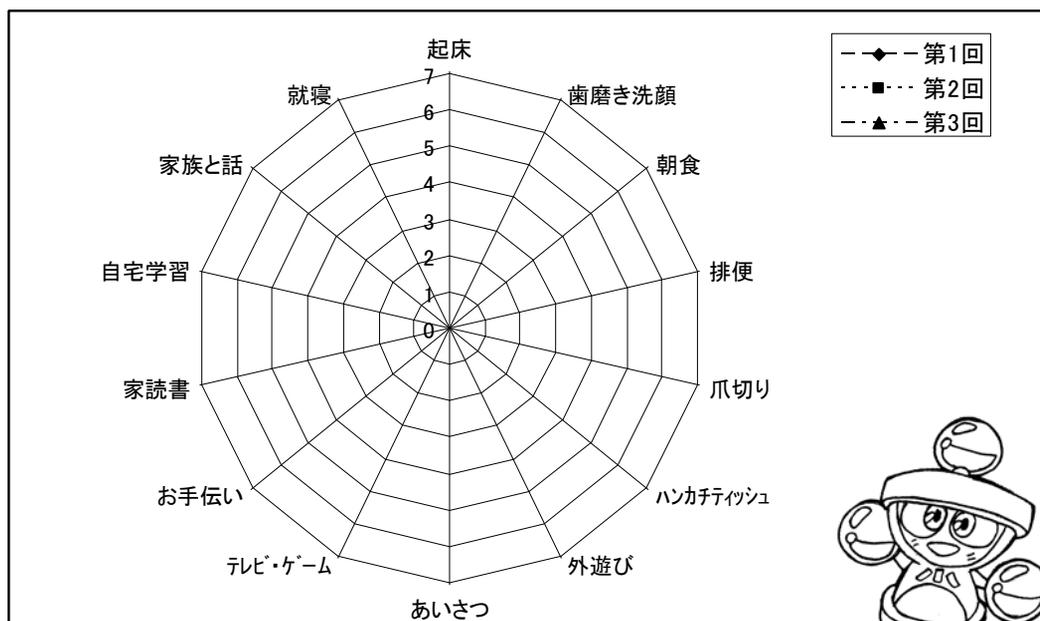
第3回「元気アップ週間」、ご協力ありがとうございました。
 第1回～3回の結果をまとめ、いくつか取り上げて報告します。

1 項目別平均得点

それぞれの項目で平均値を求めました。(7点満点) お子さんと一緒に、個人用のレーダー表に第1回、第2回、第3回の結果を記入して線で結び、グラフをつくってみてください。また、目標時刻・時間を確認し、それぞれの学年の結果と照らし合わせながら、お子さんのがんばりをふり返ってみてください。



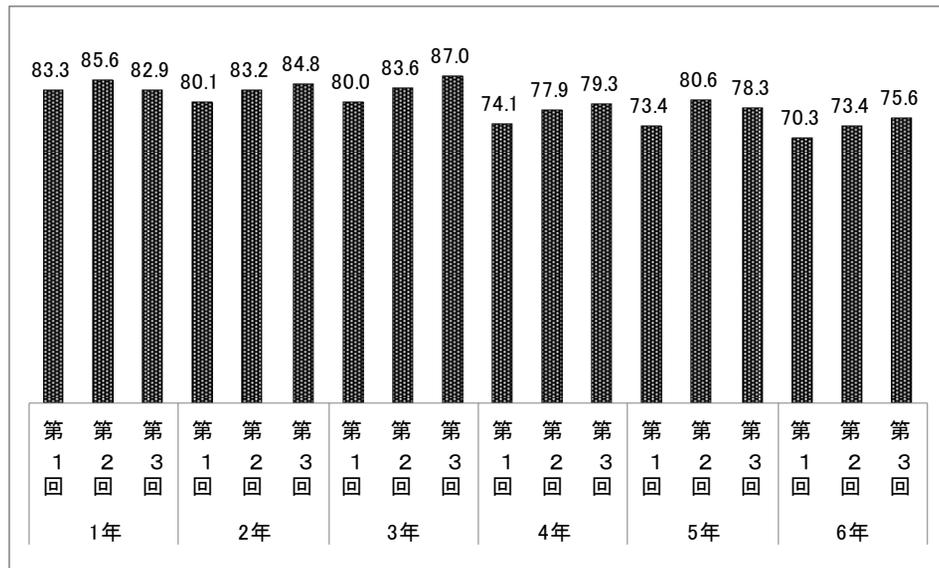
(1) _____さんのグラフ



(2) 目標時刻・時間

- ・起床時刻 第1回 6時30分まで
 第2回 時 分まで
 第3回 時 分まで
- ・テレビ・ゲーム 第1回 分まで
 第2回 分まで
 第3回 分まで
- ・自宅学習 第1回 分以上
 第2回 分以上
 第3回 分以上
- ・就寝時刻 第1回 時 分まで
 第2回 時 分まで
 第3回 時 分まで

2 学年別平均得点の推移



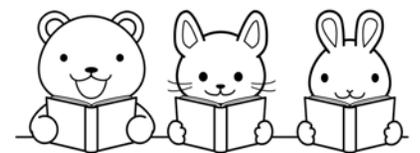
・学年が上がるにつれて、得点が低くなる。低学年は保護者の適切な関わりにより、子どもの生活が容易に好転する。しかし、高学年では子ども自身が主体的に生活を管理するようになり、「元気アップ週間のときだけで、ふだんの生活はだめ」というケースが多くなる。低学年のうちに、「早寝・早起き・朝ごはん」、自宅学習、テレビやゲームとのほどこよいつきあい方等をあたりまえのこととして身につけさせたい。そして、高学年になったときには、よりよい生活のあり方を自分で考え、行動できるように育てたいものである。

※第3回は、インフルエンザが流行していたため、体調不良で得点が低くなった児童がいた。

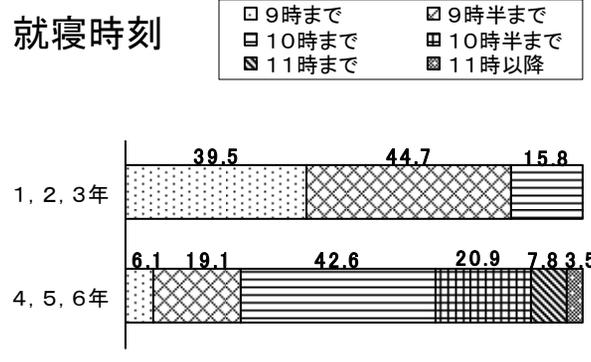
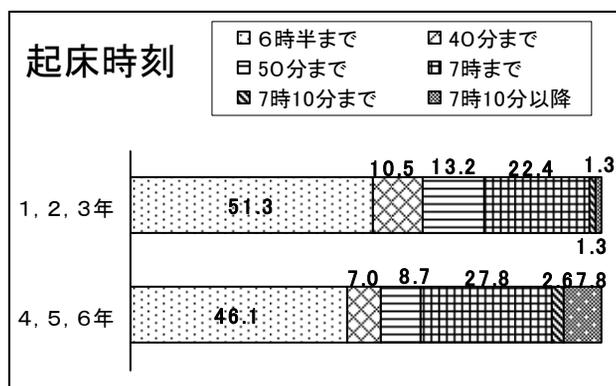


3 課題

1回目より2回目、2回目よりも3回目と回を追うごとに、目的意識を持ってチャレンジする児童が増えました。平均得点の推移にもよく現れていると思います。その中から、課題も見えてきました。



学年があがると夜型生活者の割合が増える



・起床時刻は、「遅くとも家を出る1時間前」。
 ・高学年は10時以降に寝る児童が約30%、7時以降に起きる児童が約10%。
 睡眠不足になっていないかな？
 就寝時刻が遅い原因はなんだろう。

家庭学習の時間が長くなった！！
 (特に3年,6年)

テレビとゲームの項目を分けて点検すると、より詳しい課題が見えてくるかも…。

高学年は「テレビ・ゲームの時間」が低学年に比べて長い。

「テレビ・ゲームの時間」>「学習+読書の時間」になってはいないか。

やらされている感じが強い子はいないかな？

「元気アップ週間のときだけががんばっている」という声も

目標は適切だったかな？…。

4 最後に

3回実施した元気アップ週間、意欲的に取り組んだ子がいる一方で、すでにマンネリ感を持った子もいるようです。「規則正しい生活をするとうちが気持ちがいい」「身体の調子がいい」と実感できれば、ふだんの生活においても意識できるようになってくれるのでは…と考えています。そうなるまでには、まだまだ「元気アップ週間」という取組が必要だと思います。

ところで、子どもたちが自分で自分の生活を管理できるように育てていく過程では、「何で大人はよくて子どもはあかんの!？」と大人の生活や姿勢を問われることもよくあります。発育・発達途上の子どもにとって大切なこと、ゆずれないことは、ていねいに説明していきたいものですね。



