

運動・食事とともに睡眠も大切にしましょう

運動・食事・睡眠のすべてが大切と思っている子どもは体力が高いことが「平成 30 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」で分かっています。

子どもが夜型の生活を送るようになると、睡眠時間が不足しがちになり、学習能力や体の抵抗力の低下を招くだけでなく、やる気が出ない、イライラするなど、情緒形成への影響も懸念されます。

第2章 中学校生活や環境の理解

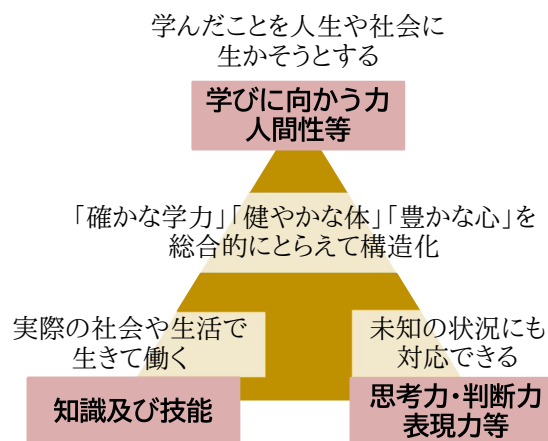
子どもたちの学びの充実に向けて

学習指導要領で育成する資質・能力

学習指導要領(※)では、幼児期から高等学校段階まで、三つの柱(「知識及び技能」「思考力・判断力・表現力等」「学びに向かう力、人間性等」)の育成が必要とされています。各教科等の学習で、三つの柱をバランスよく育成していきます。

※学習指導要領

全国どここの学校で教育を受けても、一定の教育水準を確保するために文部科学省が定めたもの。

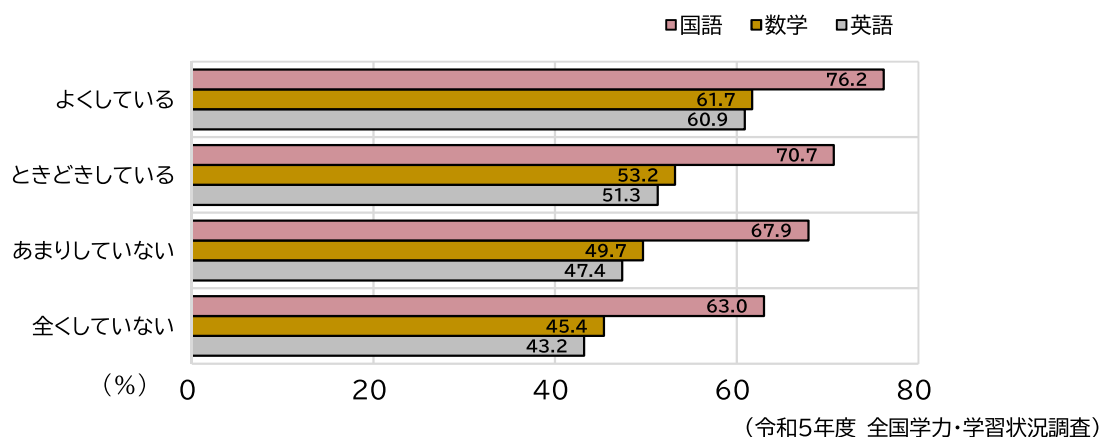


自ら学ぶ習慣をつくる

令和5年度全国学力・学習状況調査からは、家で、自分で計画を立てて勉強する子どもほど、平均正答率が高い結果が見られます。子どもが自らの学習を振り返り、自分自身の理解度を把握し、分からなかったことを自分で考えることが大切です。

自ら学ぶ習慣づくりには、子どもの興味や関心を大切にすることが必要です。子どもの興味や関心を認め励ますことを基本に、自ら学ぶ家庭学習を習慣化しましょう。

「家で自分で計画を立てて勉強をしていますか」への回答と平均正答率



「Let's challenge! 課題解決教材」

力を付けたい学習内容について、反復練習をしたり、わかったことをまとめたりすることができます。
<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/v3p/gakushushien/kadaikaiketsu/gaiyou.html>