

# 東陽中学校 研究部通信

## 家庭学習振り返りシート集計結果

平成30年7月25日



5月31日(木)～6月14日(木)の15日間、学習委員会の取組で期末テスト前の家庭学習や余暇に費やす時間等について調査を行いました。

番号	質問内容	結果		グラフ
Q1	テスト期間の一人一日当たりの平均学習時間	1年生	2.4	
		2年生	2.9	
		3年生	2.5	
Q2	自分の学習時間について評価しましょう(全学年合計人数)	とてもがんばった	36	
		がんばった	188	
		がんばれなかった	88	
		全然だめだった	23	
Q3	テスト期間中にテレビをどれくらい見ましたか。(一日平均時間)	1年生	1.7	
		2年生	1.2	
		3年生	1.3	
Q4	テスト期間中にインターネット(動画含む)にどれくらい使いましたか。(一日平均時間)	1年生	1.0	
		2年生	1.0	
		3年生	1.1	
Q5	テスト期間中にSNSをどれくらい使いましたか。(一日平均時間)	1年生	0.6	
		2年生	0.6	
		3年生	0.9	
Q6	テスト期間中にゲームをどれくらい使いましたか。(一日平均時間)	1年生	0.6	
		2年生	0.8	
		3年生	0.6	

### 家庭学習取り組みシート集計結果の考察と今後に向けて

#### 結果から

期末テスト前ということで、各学年とも学習時間は概ね良好な結果が表れています。特に自分のやりたいこと(趣味や娯楽)とやらなければならないこと(学習)をしっかり区別し、一人一人が計画的に学習に取り組むことができたのは大変すばらしいことだと思います(がんばった、とてもがんばったの割合が全体の3分の2)。また、各学年とも、もっとも家庭学習に取り組んだ人は一日平均4.6時間以上(15日間の合計が70時間以上)となっています。

#### 問題点

問題点もみられました。それはインターネット・SNS・ゲーム等に費やす時間がとても多いということです。各学年とも平均値となっているのでそれほど多くは感じないかもしれませんが、テスト前でもゲームインターネットに3～4時間(多い人はそれ以上)費やしている人も多くみられました。テスト前でそれだけの時間を費やすのは、かなり依存度が高いと言わざるを得ません。

WHO(世界保健機関)の定義によるとネット依存とは「ゲームやSNSをする時間などを自分でコントロールできず、他の関心事や日常の活動よりもネット(ゲーム、SNS)等を選ぶほど優先度が高く、様々な問題が起きてもネットを続けたり、さらに多くネットをしたりする状態」となっています。

ネット依存になると心身の健康悪化(寝不足、無気力など)をもたらすことが明らかになっています。依存していると感じている人は「食事中はスマホはいじらない」「就寝前にパソコンを開かない」など実行可能な簡単な目標を設定し実行することで改善できると思います。

#### 今後に向けて

これから25日間の長期休業に入ります。みなさん一人一人が休み中の計画をしっかり立てていると思いますが、しっかりとすることができれば、自分の能力を大きく伸ばすことのできる大きな機会となります。逆に、何も考えずに毎日を過ごす「何もしないで終わってしまった」ということにもなりかねません。長い休業中も、自分のやりたいこととやらなければならないことをしっかり区別し、充実した毎日を過ごすことを願っています。