

# 家庭で子どもとしっかりと話し合って決める「ルールづくり」 良い習慣を身に付けるためには大変重要です。

保護者からの一方的なルールにならないよう、子どもの考えをしっかりと聞くとともに、保護者の気持ちも伝え、必ず話し合いながら決めましょう。また、ルールを決めることが目的ではありません。その後そのルールが守られているかを確認し、必要に応じて見直しましょう。

まずは

**1日の学習時間を15分増やし、スマホやゲームの時間を15分減らそう**

## 『家庭学習のルールづくり』のポイント

<p>学習の習慣化</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 学習を始める時間</li> <li>■ 学習する場所</li> <li>■ 学習する量 (「時間」「ページ数」の2つを目安に)</li> </ul>
<p>場所の整理</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 学習する場所の整理整頓</li> <li>■ 学習に必要な物の準備 (文房具、教科書 など)</li> </ul>
<p>学習の進め方</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>①宿題</li> <li>②自主学習1 (授業の復習や予習)</li> <li>③自主学習2 (子どもが考えた学習)</li> </ol>

保護者の声

我が家にはスポーツ少年団に所属している小学生の子が2人いますが、我が家の学習のルールは、「子どもが伸びる家庭学習」を参考にして、始める時刻や学習時間は曜日毎に決めました。生活リズムに合わせた学習習慣が徐々に身に付いているように思います。

## 『メディア使用のルールづくり』のポイント

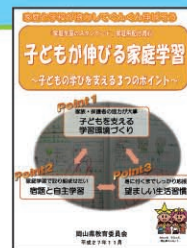
スマホなどのメディアを使用するに当たり、その便利さや楽しさだけでなく、危険性も子どもとともに理解し、ルールづくりの必要性を伝えましょう。

- 保護者がスマホなどのメディアを預かりましょう。  
(午後9時以降)
- ゲームを含めたメディアの使用時間が長くないようにして、終了時刻を午後9時までにしなす。
- メディアを使用する場所  
(子どもが1人きりの場所で使用させない。)

保護者の声

我が家には、中学校2年生の女の子がいて、話し合った結果、次のルールを決めてスマホを所持させました。この機会に娘の自己管理能力が上がったらと前向きに考えています。

- ・ 午後9時になったら親に預ける。
- ・ 勉強中や食事中、また、自分の部屋で使わない。
- ・ 知らない人とメール等をしない。



家庭学習のヒントはこれ

県教育委員会が昨年度に発行しました冊子には、ルールづくりのポイントや保護者の関わり方等が具体的に書かれていますので、ぜひ参考にしてください。