

令和7年度 第1回 元気アップチャレンジ



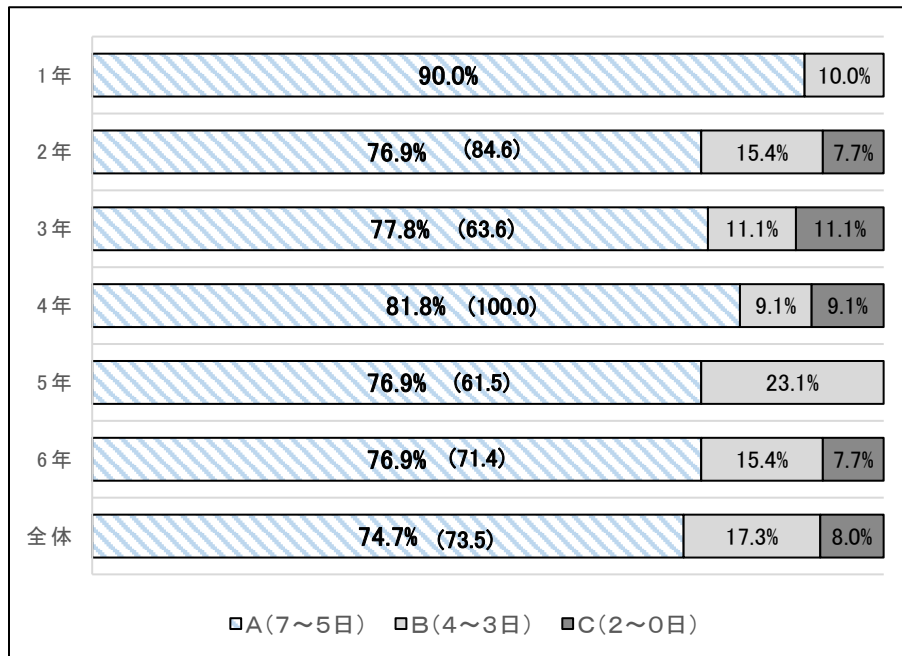
伊米ヶ崎小学校 集計結果



5月26日(月)～6月1日(日)の一週間、小出地区で元気アップ週間が実施されました。保護者の皆さま、ご協力ありがとうございました。伊米ヶ崎の達成状況をまとめましたので、ご覧ください。生活習慣は日々の積み重ねです。過ごし方や学習時間を振り返り、改善していくことが大切です。子どもたちがよりよい生活習慣を身につけることは、子どもが自立していく基礎基盤になります。ご家庭でもご協力をお願いします。

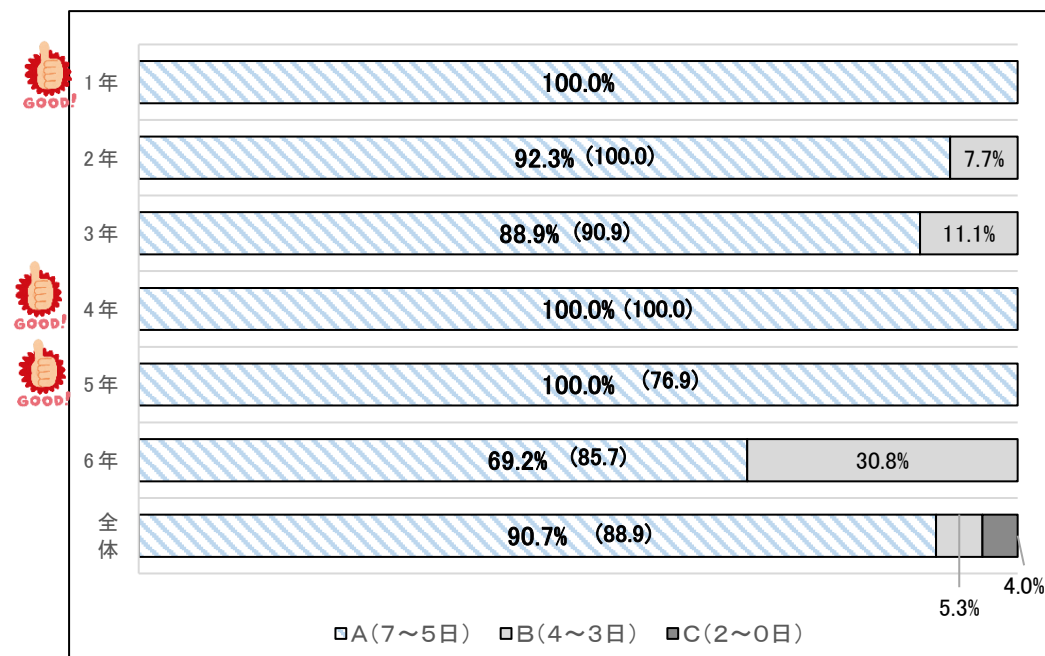
A評価:よくできた(5～7日達成) B評価:まあまあできた(3～4日達成) C評価:もう少し(0～2日達成)

寝る時刻

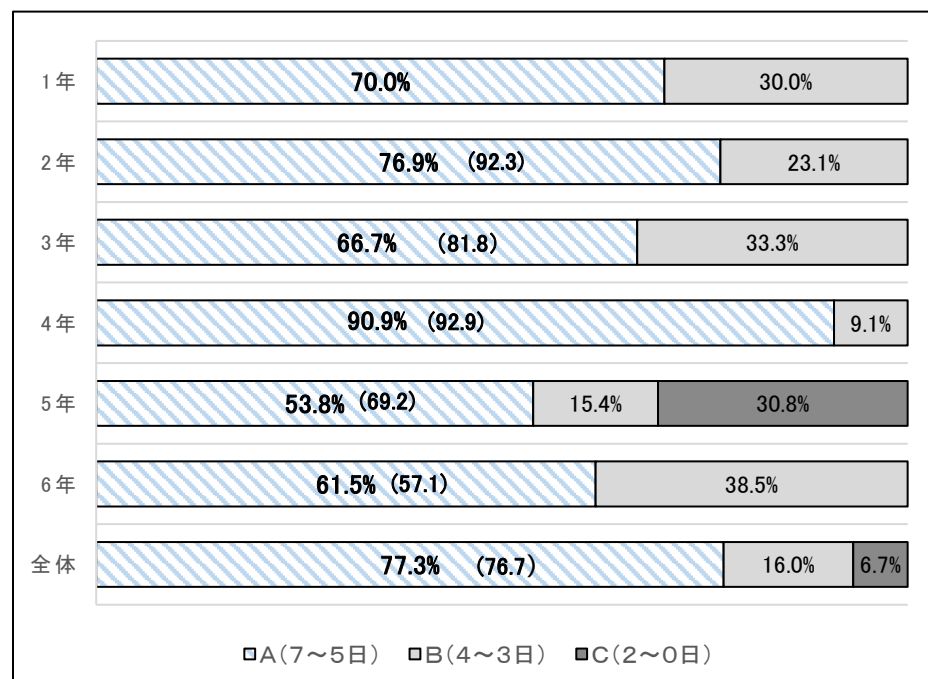


学習時間

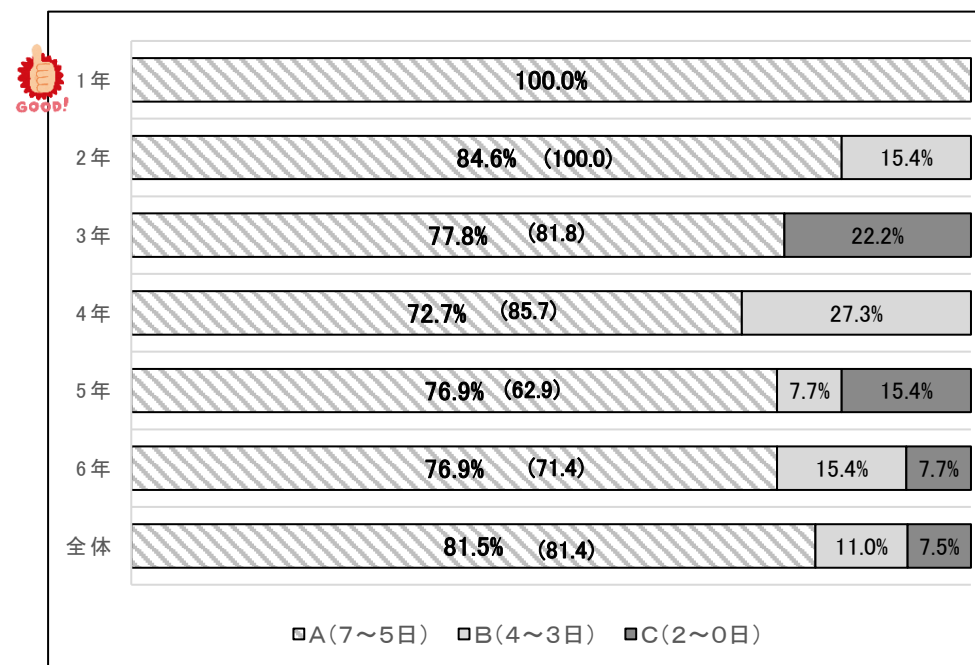
小学生:学年×10分



メディアのルール



寝る1時間前にゲーム・スマホ等をやめる



()の中の数値は、昨年度の学年の第1回目のA評価のものです。

<寝る時刻>

昨年度と比較すると全体のA評価が1.2%増え、達成率が上がっています。しかし、C評価は全体で8.0%となり、昨年度(7.8%)より増加しています。

<学習時間>

達成率が1、4、5年生は100%、2、3年生も80%以上と高い結果でした。昨年度より全体のA評価が1.8%高くなっており、頑張った様子が伺えます。

<メディアのルール>

他の項目の結果に比べ学年ごとの取組に差が見られます。また、元気アップカードの取組状況をみると、特に休日に家庭の約束の時間を守れない人が多かったようです。加えて、元気アップ週間中、一度も達成できなかった人も数人見受けられました。

<寝る1時間前にゲーム・スマホ等をやめる>

昨年度と比べ、全体のA評価の達成率はほぼ同じでした。2、3、4年生は、昨年度より達成率が下がっており、5、6年生は昨年度より達成率が上がっています。

全体では、すべての項目において昨年度よりも達成率がやや上がりました。中でも、「学習時間」の達成率が最も上がりました。しかし、メディアの達成率は、あまり上がっておらず、メディアコントロールが今後も課題であることが分かりました。

<6年生との事前指導より>

「メディアを減らすために、できることはどんなことがあるかな」を考えてもらいました。自分で考えて実行することが、とても大切です。ぜひ、次回の参考になるといいと思います。(同じ内容の児童がいたので、重複しています。)

- ・ぼーとする時間をつくる。
- ・読書の時間を増やす。
- ・時間を確認しながら、メディアをする。
- ・友だちと遊ぶときは、ゲームもするけど、外でも遊ぶ。
- ・メディアを減らし、絵などを描く。
- ・メディアを減らし、友だちと遊ぶ。
- ・おうちの人のお手伝いをする。
- ・宿題をやってから、メディアをする。
- ・勉強をたくさんする。
- ・30分くらいゲームをしたら、5～10分目を休める。または、体を動かしたりする。