

小学生を持つ保護者対象のプログラム (一部抜粋)

「親の学習」プログラム

4-2

子どもが元気になる生活リズムとは？

体を動かして遊ぶ、物事に根気よく取り組む、健康であるなど、お子さんを元気に育てるために、家庭での食事や生活リズムについて見直してみませんか。

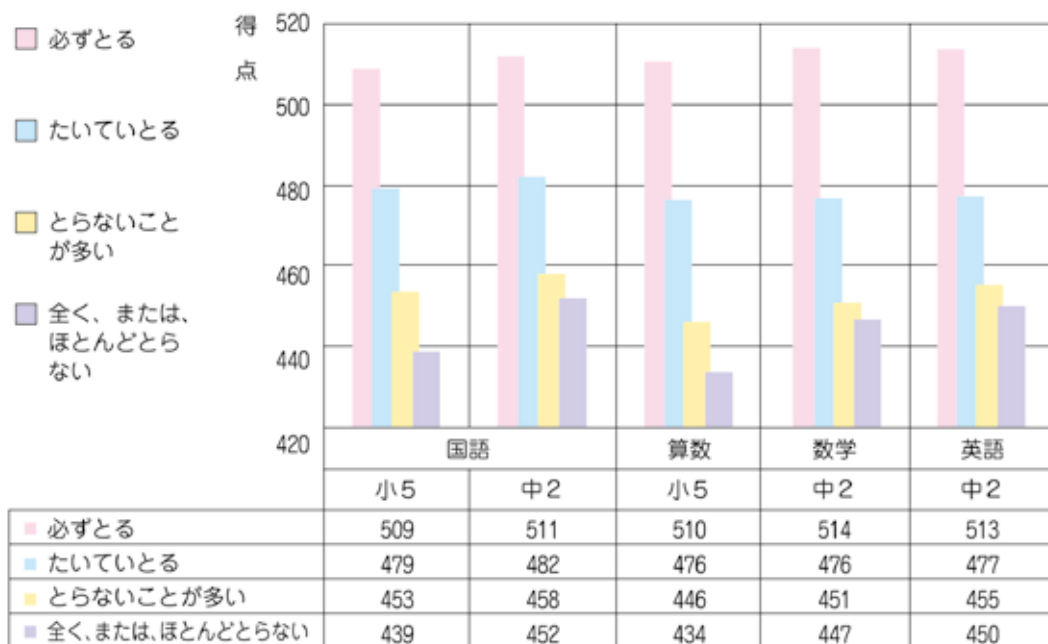
親としてどんなことに気を配るとよいのでしょうか。

ここでは、子どもが元気に育つ生活リズムについて考えてみましょう。

ワーク
1

下のグラフで、気づいたことや感想を書いてみましょう。

毎日朝食をとる子どもほど、ペーパーテストの得点が高い傾向



国立教育政策研究所「平成15年度小・中学校教育課程実施状況調査」
調査対象：小学生 約21万1千人（小学5・6年生各約10万人）
中学生 約24万人（各学年約8万人）

メモ1

メモ2

メモ3

ワーク
2

朝食をとる子どもほど、ペーパーテストの得点が高い傾向にあるのはなぜか、話し合ってみましょう。

（「親の学習」プログラム集から）