



# 学校通信

平成31・令和元年度 第10号  
令和 2年 2月 3日  
練馬区立開進第三小学校  
校長 岡部 良美

## 『時間の使い方を意識できる子供に育てたい』

校長 岡部 良美

宿題や習い事、友達との時間など、子供たちは大人に負けず劣らず時間のやりくりが大変です。あと2か月で、進級・進学です。次年度に向けてお子さんと保護者が一緒に有意義な時間の使い方を考えてみてはどうでしょうか。

ある調査機関が放課後の生活時間調査を行いました。その結果によると、小学生の51%が「忙しい」と答えたそうです。さらに、「時間を無駄に使っていると感じる」と50%小学生が答えました。勉強や習い事に加え、スマホやSNSに時間を費やしていることが背景にあるとのこと。生活に余裕がなくなると、学習の成績に影響したり、約束の時間が守れないなど他人に迷惑をかけたりするおそれもあります。限られた1日24時間をどう過ごす、自分として使うか考えることが大切になってきます。

それでは時間をうまく使うには、どうしたらよいのでしょうか。まずは、何にどのくらいの時間をかけているか知ることが重要です。鈴木尚子さんの著書によると、一日の行動について、①生活に必要（食事、睡眠、学校など）、②成長につながる（宿題、手伝い、習い事など）、③好きなことをする（友達と遊ぶ、家族と話す、読書など）、④無駄かもしれない（何となくテレビを見る、ぼうつとするなど）、の4つの時間に分類するとよいとのこと。この過程が、自分と向き合い、時間の大切さを意識する第一歩となるそうです。その上で、時間の整理をしていきます。①は心身を整えるのに重要な時間なので十分に確保します。②は『すてきな自分になるための時間』です。だからつらくても将来の夢や理想を思い描いて積み重ねていきます。その合間に③を入れ、楽しんでリフレッシュしていくことも大切です。④のあまり記憶に残らなかった時間は、見直しをする余地があります。

完璧でなくとも時間の使い方を意識する習慣が付けば大丈夫です。

ところで、子供に新たな習慣を身に付けてもらうために、保護者（親）はどう接すればよいのでしょうか。それは、



「親が決めるのではなく、子供に計画を立てさせる」ことが大切です。例えば、『帰宅後にすぐにゲームに熱中して宿題がはかどらない』場合にどんな言葉をかけますか。「ゲームばかりしていないで、早く宿題をやりなさい。先生に叱られるよ。」とは言わないと思いますが、まずは「楽しいよね。」と理解を示し、その後に「寝る時間になって宿題をするのは大変だよね。いつするか決めるのはどう。どのようにしたらいいかな。」と考えさせることが大切です。親は全体の時間を示して、その中の時間をどう使うかは子供に任せるのです。もしうまくできなかつたとしても、「なぜ守らないの。自分で決めたことでしょう。」と叱らずに、「どこを直したらいいかな。」と一緒に考え、困っていることがあれば選択肢を示していくことも大切です。

開三小では、社会に開かれた計画的な教育活動の中、生活・総合的な学習の時間を通して、子供一人ひとりが、『思いや願い、課題』をもち『探究する』学習を進めています。課題解決のためにどれだけ時間が必要かを子供たちと決めています。