

## 第69回 マチコミリサーチ 『成績アップにつながる夏休みの過ごし方について』

梅雨が終わればすぐに夏休み。

毎年始まる前は「今年こそ規則正しく過ごそう！宿題を計画的に終わらせよう！」と思っていたのに、最後の1週間は宿題に追われる・・・といった夏休みを過ごしがちではないでしょうか。

時間がたっぷりあるから、「宿題だけじゃなく苦手科目の克服も！」と保護者としては思っていますが、子どもたちは部活動や遊びに忙しい上に、「脱ゆとり化」で夏休みの期間そのものが短くなっているところもあります。気がつけば何も終わっていない、というご家庭もあるかもしれません。

そこで今回は「成績アップにつながる夏休みの過ごし方」について、みなさまにお聞きしてみました。

- お子さまの学習状況、気になる点は？
- 夏休みの過ごし方、なにを気をつける？
- 夏休みの学習、不安な点は？

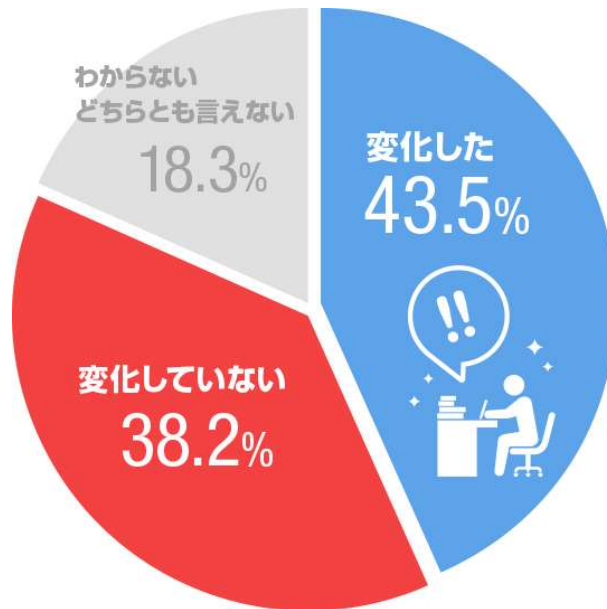
▶ 次ページ以降で調査の詳細をご紹介します。

### <調査概要>

ドリームエリア株式会社は、無料の緊急連絡網ツール『マチコミメール』を利用している保護者の方々を対象に、『成績アップにつながる夏休みの過ごし方』についてのアンケートを実施いたしました。

調査期間	2017年6月15日(木)～6月20日(火)
調査方法	携帯サイト上のアンケートフォームにて回答
調査対象	全国の小・中学校の一部のマチコミメール会員
調査対象数	673,532名
有効回答数	35,269件

## 夏休みだからこそ、親のフォローが重要



Q 今の学年になってから、  
お子さまの学習に取り組む姿勢は変化しましたか？

「変化した」が43.5%、「変化していない」が38.2%とあまり差はありませんでした。小学校に上がったなら自発的に学習に取り組んでほしいところですが、なかなか難しいのが現実です。

特に低学年のうちはまだ自分からやるべき問題をすすんでやるのは難しいでしょう。お子さまを自発的に学習ができる子どもにするには、早いうちから親がどう勉強にかかわっていくかがポイントになります。毎日短時間でも一緒に勉強をする、という地道な行動がその後に生きてきます。

その際、いきなり分厚いワークを突き付けても、学習効果が表れるわけではありません。無理やり勉強させるのではなく、子どもが勉強する様子を親がしっかりと見つめてフォローしてあげることが重要ではないでしょうか。

## 時間が少ない！集中できない！計画的に取り組めない！



45.4%

勉強に取り組む  
時間が少ない



45.1%

勉強時間中に  
集中できない



44.3%

計画的に勉強に  
取り組めない



26.5%

家族が十分勉強に  
関われない



22.1%

学習の仕方が  
わからない



21.1%

テストの点数への  
執着がない



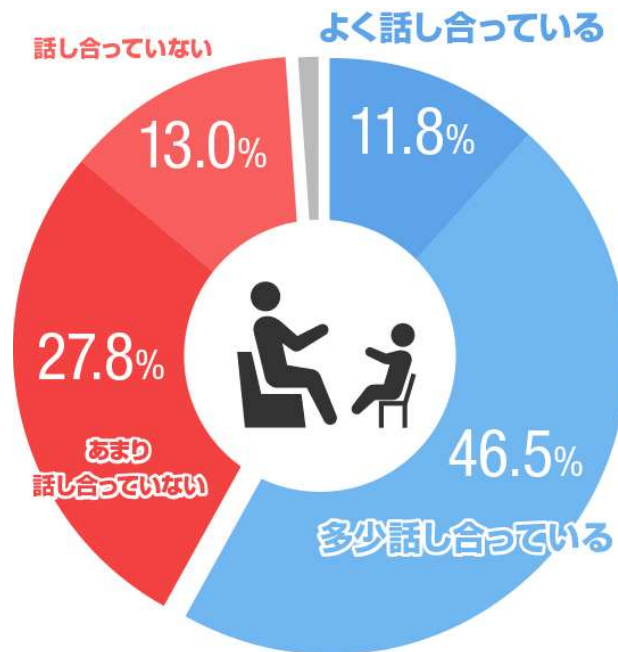
今までのお子さまの学習状況で  
気になる点は何ですか？(いくつでも)

今までのお子さまの学習状況で気になるところは、「取り組む時間が少ない」45.4%、「時間に集中できない」45.1%、「計画的に勉強に取り組めない」44.3%の3つに集中しました。

子どもに集中力がなくなる理由として、「他のものに興味移ってしまった」、「外部の刺激で集中が切れる」、「心の中に気になっているものがある」、「親から言われてやっているだけでもともと興味がない」などの理由が考えられます。

お子さまの集中力を上げるならば、上記の理由からうかがえるように適切な助言とサポートが必要なが多いようです。すべて本人任せでは改善しないでしょう。睡眠や食事をしっかりとらせたり、勉強する環境を整えたりするだけでも、集中力が上がることがわかっています。さらに親がお子さまの勉強にもっと関心を示して、一緒に取り組むことも集中力アップにつながるのではないのでしょうか。

## 将来の進路について、話し合っているご家庭が半数以上



**Q** お子さまと将来の進路について、どの程度話し合っていますか？

「よく話し合っている」が11.8%、「多少話し合っている」が46.5%でした。半数以上のご家庭がお子さまと将来の進路について話し合っています。子どもの将来の進路について話し合っているご家庭は、そうではないご家庭より子どもの学力が高い傾向にあると言われています。

国立教育政策研究所の調査によると、将来の進路について話し合っているご家庭のお子さまは「将来のあこがれの職業や役割を持ち、それをかなえる方法について考えている」割合が高いという結果が出ています。それだけお子さまの学習意欲が高まり、学力向上にもつながるのでしょう。

お子さまの学習意欲を上げる意味でも、将来の進路について親子で話し合うことはかなり効果的な方法のようです。

## 夏休みこそ「学習習慣をつけたい」

学習習慣をつけるため

51.0%



苦手分野を克服するため

44.8%



計画的に学習するため

41.1%



Q

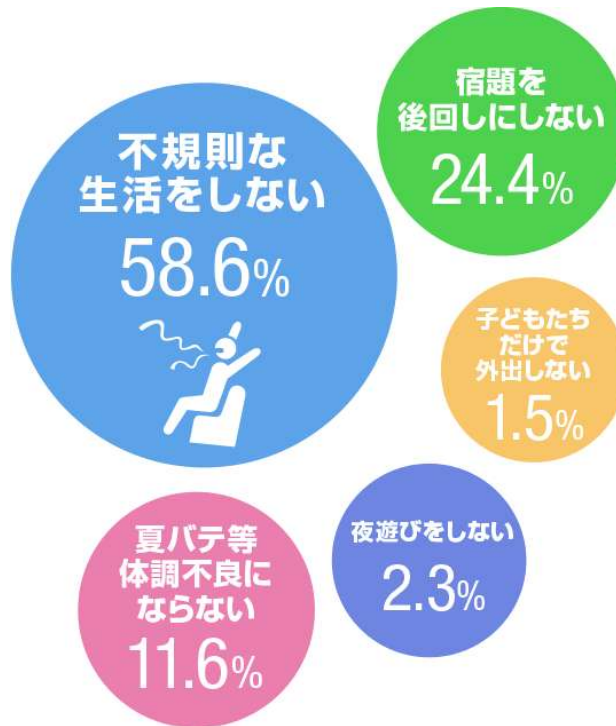
この時期、どのようなことを期待して、お子さまの夏休み前までの学習面を振り返りたいと思いますか？（いくつでも）

長い夏休みだからこそ、保護者としてお子さまに期待したいことはたくさんあります。

もっとも多かったのは「学習習慣をつける」で51%、次に「苦手分野を克服する」が44.8%、「計画的に学習する」の41.1%が続きました。学習習慣をつけるには、まず「決まった時間に声をかけること」。その際に「なぜ勉強しないの」などのマイナスな言葉は使わないように、「先に勉強すると後でたっぷり遊べるよ」「勉強が終わったら、ご飯よ。今日はハンバーグね」といったよい未来を想像させる言葉を添えると効果的です。あと、今日やるものをはっきりわかるようにしておくのもポイントでしょう。付せんや印をつけても、プリントを用意してもいいでしょう。その際、たとえば算数・数学のプリント1枚と国語のプリント1枚のみなど、始めのうちはハードルをあまり高くせず、1日の学習時間で終わられる量を用意しましょう。

「苦手分野の克服」は学年や教科によっても対策が異なってきますが、難易度の低い問題から始める、短期集中で得意分野よりも多くの量をこなす、最初に苦手分野をやるといった方法が挙げられます。

## いつの時代も目標は「規則正しい生活」



お子さまの夏休みの過ごし方で最も気を付けたい点は何ですか？

もっとも夏休みで心配されていることは「不規則な生活をしない」58.6%でした。これはいつの時代も、どこの学校でも、毎年夏休みの注意事項として言われていることですね。とはいえ、なかなか実行できないため、言われ続けていることなのかもしれません。

『3点固定』という言葉をご存じですか？

起床時間・就寝時間・学習開始時間をきっちりと決める生活習慣を指します。睡眠時間を確保し、家での勉強を習慣化するためには、この3つを固定するといひそうです。学校によっては『生活時間割』のようなものが配布されるのではないのでしょうか。今年の夏休みはこれを見直してみませんか？

やり方は、学校の時間割のように1日の中で1時間ごとにやる内容を書きます。もちろん日によって予定がありますし、大まかで構いません。それでもほぼ毎日、『3点固定』を決めるだけでも習慣化できますし、勉強の計画も立てやすくなるのではないのでしょうか。

## 親の思いは「夏休みだけでも計画的に！」



35.9%

夏休みの学習を  
計画的に行う



20.3%

学習習慣を  
つける



15.2%

夏休みに苦手科目を  
克服する



13.5%

両立



11.3%

復習を行う



夏休みの学習への取り組みについて、  
お子さまに最もがんばってほしいことは何ですか？

夏休みの学習への取り組みでお子さまに望むことは「夏休みの学習を計画的に行う」が35.9%、「学習習慣をつける」が20.3%でした。

夏休み前までに気になっていることを夏休み中にやってほしい、というのが親の思いのようです。特に学校からの夏休みの宿題は計画的にやってほしいところですが、子どもだけに任せるのも、低学年では難しい面があります。

そこで、仕事と同じように「計画→実行→評価」の流れを作ってみるのはいかがでしょうか？お子さまと相談しながら、夏休み最終日の1週間前に終わるように、宿題を毎日の生活に割り振ります。勉強を日割りにするのは、学習効果を高める上でも望ましいことと考えます。さらに勉強時間は何時間できたかではなく、どこからどこまでできたかといった進捗管理ができるとういことです。お子さまができたかどうかは、保護者が毎晩チェックします。宿題が計画通りに終わった時、お子さまは達成感を味わうことができますし、そのつど何かをやり遂げていく感覚も高い教育的効果が期待できると思います。



夏休みの学習で不安な点やお悩みな点は何ですか？（自由回答）

これまでの質問同様、「不規則な生活をしない」「計画的に宿題、勉強に取り組む」「苦手科目の克服」「勉強に取り組む時間が少ない」の4つの点にほぼまとめられます。それぞれの回答で主なものを取り上げてみました。

#### <不規則な生活をしない>

- 夜型の生活になってしまうこと。
- だらけた生活習慣がついて、新学期の学校生活になかなか戻れない。
- 共働きなので子供達だけで留守番する機会が多くなるため、ちゃんと決められた時間、集中して学習するかが不安。

#### <計画的に宿題、勉強に取り組む>

- 時間のかかる宿題を後回しにしてギリギリになってしまう事。
- 自分で勉強時間を作って行って欲しいが、まだ親が言わないと率先してやることが少ない。
- これから計画を立てて15分でも学習する時間をしてほしい。

#### <苦手科目の克服>

- 工作や絵画が苦手なので、親としてどのように教えたらいいか不安です。
- 苦手科目を後回しにして、結局時間がなく克服できない。
- 何がわからないのか、が、わかっていないので、本人の弱点、理解不足な部分を見つけたいと思うが、それを見つけれない。

#### <勉強に取り組む時間が少ない>

- 遊びが中心になり、勉強が後回しになりがち。休み前に学習の計画をたてても実行にうつせない。
- 部活に疲れて、勉強に集中する時間が少ないこと。
- 親が働いているので子供が自由な時間が多くちゃんと学習できるか心配。

みなさま、お子さまの夏休みの学習には大変悩まれている様子です。特に共働き家庭が増えてきたことで、子どもと接する時間が減ってきている中では、目が届きにくくなっていることもあるかもしれません。それだけに、夏休みに限らず、意識的にお子さまの学習時間をしっかり管理し、学習の進捗状況を日々把握することが大事です。不規則な生活を続けると、睡眠不足等で休み明けの授業にも影響がでて、スタートダッシュにつまずいてしまいます。規則正しい毎日を過ごす大切さを、お子さまに伝えていきましょう。



## まとめ

夏休みは楽しいイベントがたくさんあります。

いろいろなことを体験させてあげたい反面、将来のことを考えて、あるいは学校生活を振り返ってみて、もっと勉強させないと…と不安に思う保護者の方も多くいらっしゃることでしょう。

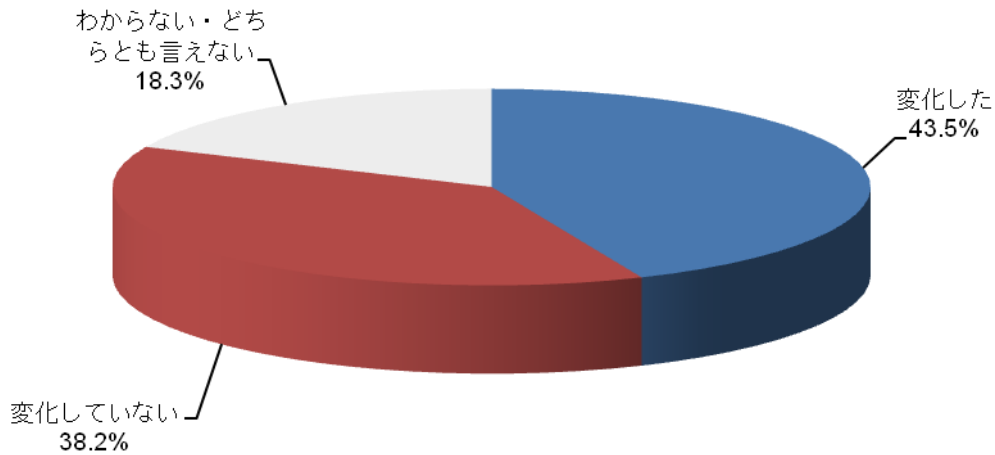
また、共働きなので思うようにお子さまの勉強にかかわれない、という声もアンケートの中にありました。調べてみると、意外にも共働き家庭のほうが先ほど出てきた『3点固定』を実行しやすいようです。親の出勤時間が決まっていることから、生活リズムを崩さずにいられる利点があるのではないのでしょうか。その他、「夏休みの学習を計画的に行ってほしい」や、「夏のこの時期だからこそ学習習慣をつけてほしい」といった声もありました。夏の学習次第では、秋以降の成績も変わってくると思います。もしなにか学習に関するお悩みを持ちであれば、夏のあいだだけ限定で塾の夏期講習などに通ってみて、学習の基礎を固めていくのも1つではないでしょうか。

最後に、夏休みに限ったことではありませんが、ご家庭の事情に合わせてお子さんの勉強の様子を見てあげたり、学習の進捗を一緒に確認したりするといったお子さまの学習の中身を濃くする一工夫もかなり効果が高いようです。

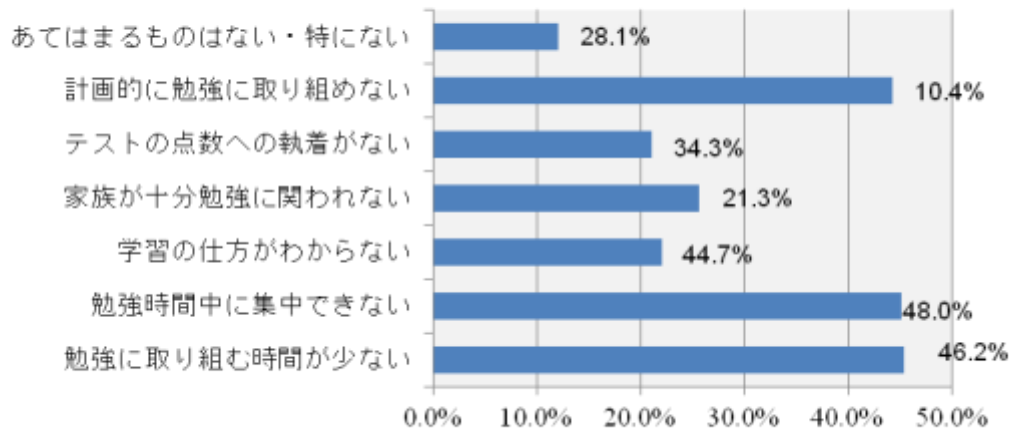
ぜひご覧いただいたアンケート結果を1つのきっかけにさせていただければと思います。

**各質問の詳細な結果は次のページから**

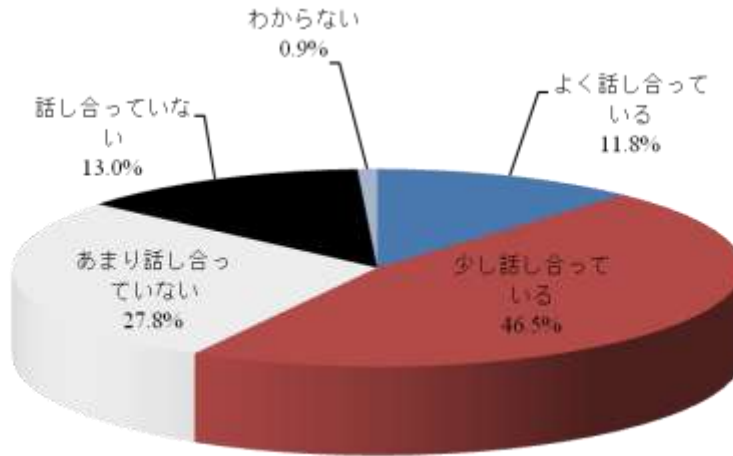
**質問1:今の学年になってから、お子さまの学習に取り組む姿勢は変化しましたか？**



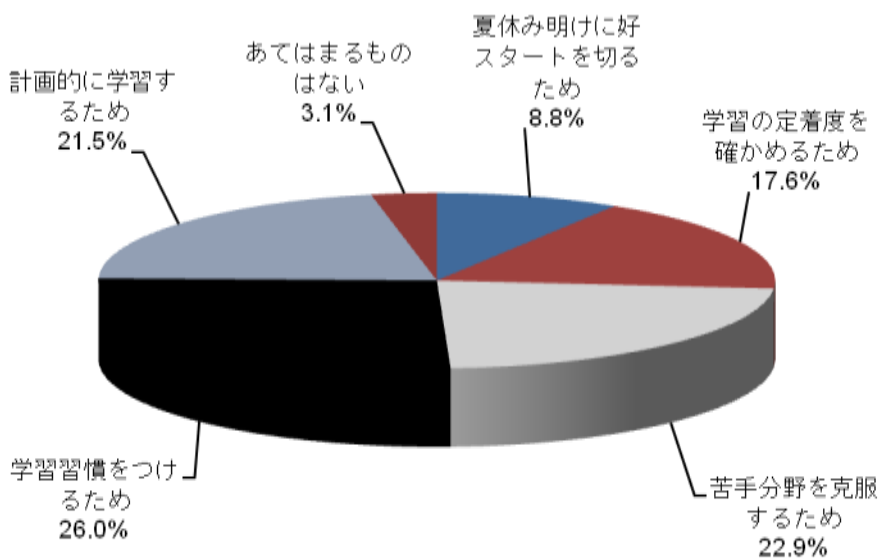
**質問2:今までのお子さまの学習状況で気になる点は何ですか？(いくつでも)**



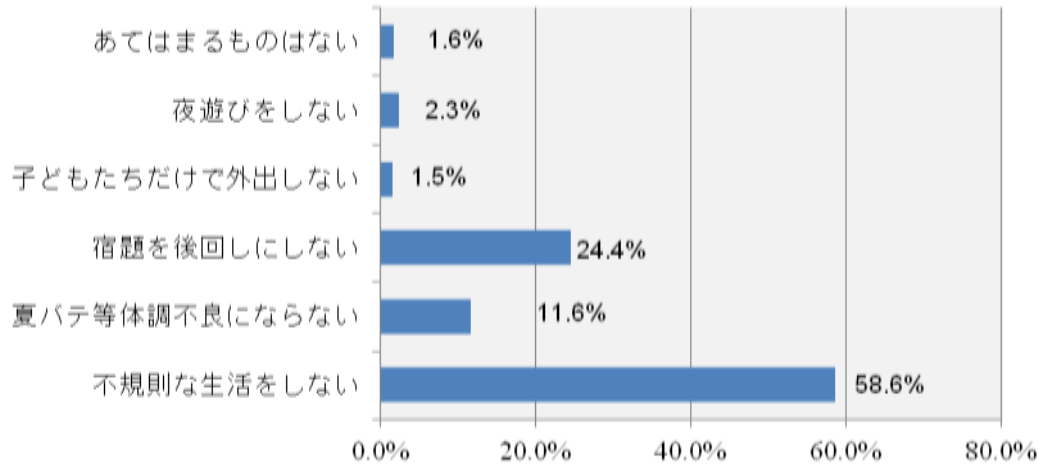
質問3: お子さまと将来の進路について、どの程度話し合っていますか？



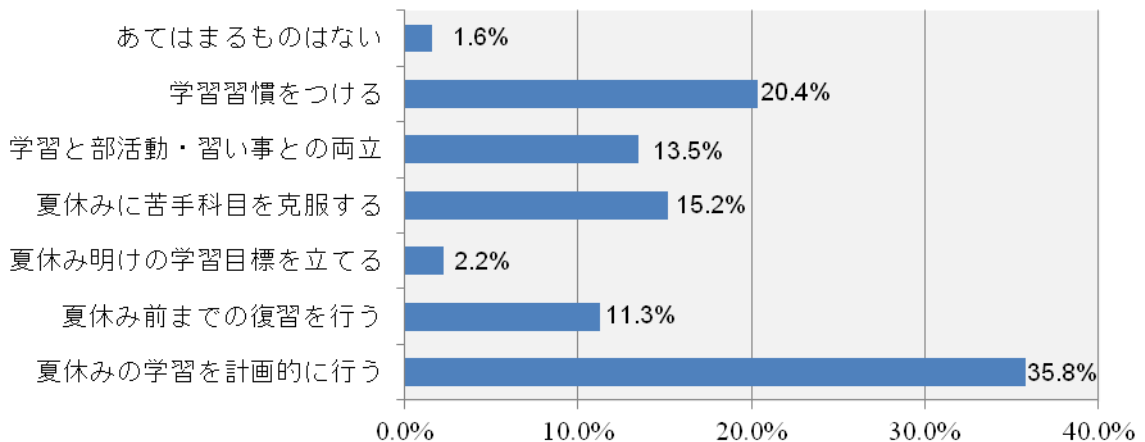
質問4: この時期、どのようなことを期待して、お子さまの夏休み前までの学習面を振り返りたいと思いますか？



**質問5: お子さまの夏休みの過ごし方で最も気を付けたい点は何ですか？**



**質問6: 夏休みの学習への取り組みについて、お子さまに最もがんばってほしいことは何ですか？**



質問7: 夏休みの学習で不安な点やお悩みな点は何ですか？(自由回答)

例: 苦手科目の克服方法がわからない、部活との両立ができるか心配 など

多くのご意見をいただきました。  
以下、一部抜粋したものをご紹介いたします。

回答数: 12, 879件

<意見抜粋>

■ 不規則な生活をしない

- ・夜更かししないかしんばいです。学校があるから、起きれるような感じです。
- ・自己管理がしっかりとでき夏休みを有意義なものにできるか？心配です。
- ・遅寝遅起きになりそう。

■ 計画的に宿題、勉強に取り組む

- ・部活の時間、学習、遊び(自由時間)のバランスを計画的に考えてくれるかどうか。
- ・早く終わらせて、後半何もなくなったら困るなあと思っている。
- ・毎年必ず夏休みの終わり頃になって、ガミガミ私が言って宿題を終わらせる事。

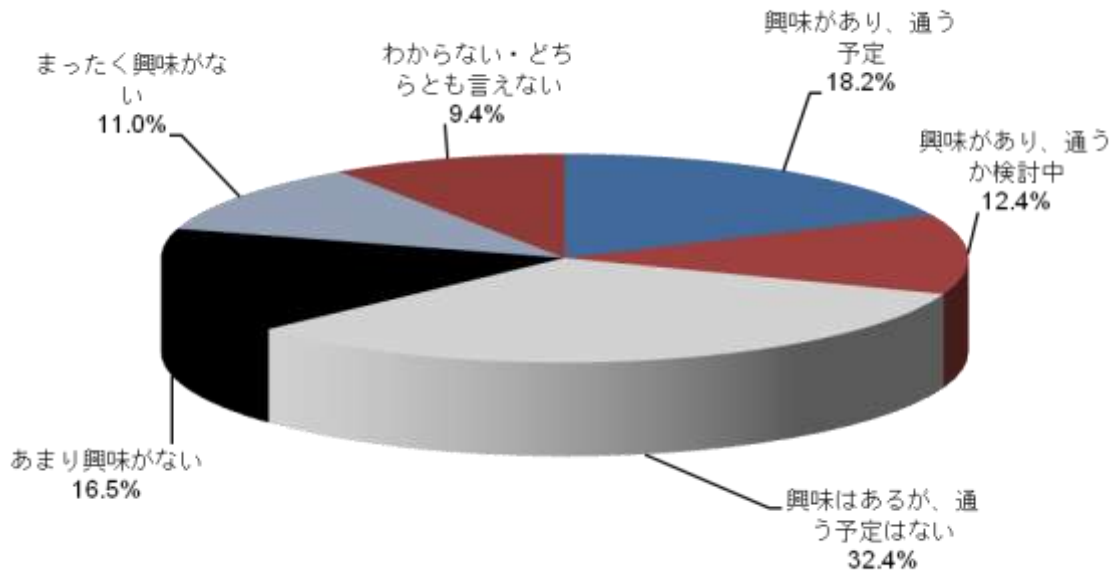
■ 苦手科目の克服

- ・計算が苦手なので克服したいが何の教材で勉強したらいいのかがわからない。
- ・児童館でお世話になることが多いので、勉強を一緒に取り組むことが出来ず、苦手なことが把握できるかが不安です。
- ・算数の解き方等、学校で教えてもらってるやり方が親と違うので、やたらに教えられない。教科書をみながら、親も勉強し直さないと・・・

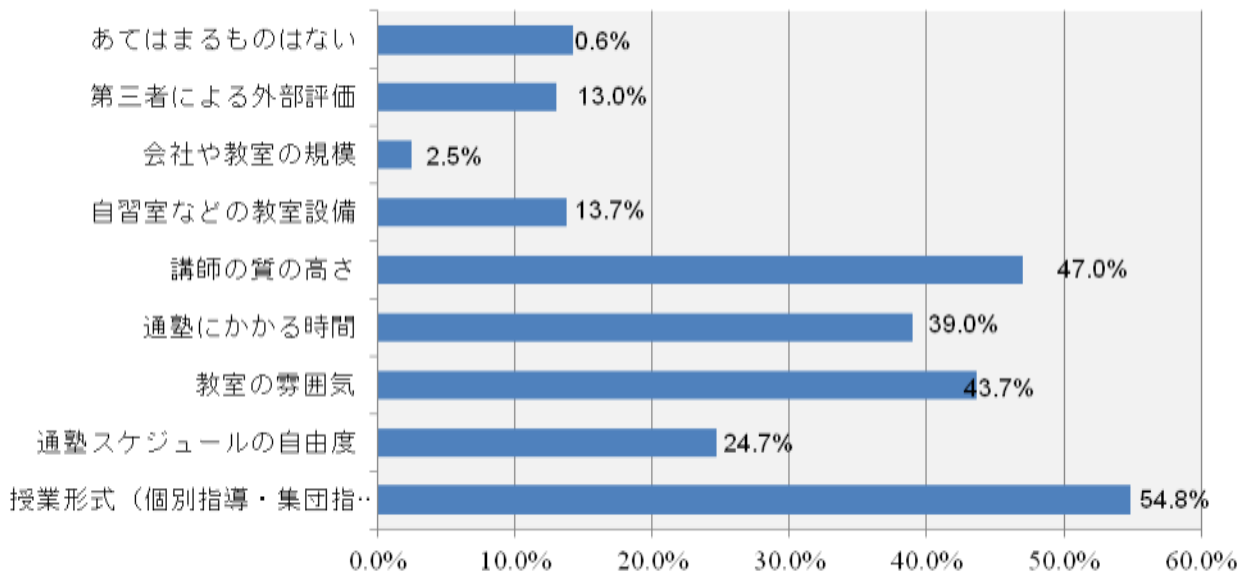
■ 勉強に取り組む時間が少ない

- ・部活動が忙しく(でも楽しそうですが)、学習の時間が充分にとれるかどうか。大好きな部活はおもいきりさせてあげたい一方で、高校入試に向けて、現時点では基礎学力はつけさせたい。
- ・宿題と家庭学習を毎日してほしいのですが、いつも家庭学習をするのを嫌がるので、夏休みも怒ってばかりにならないか不安です。
- ・学習するならゲームの日を増やしてほしいと言ってくるので、悩んでいます。
- ・バイトとの両立で疲れて学習時間が削られないようにしてほしいと思う。
- ・友だちと約束だらけで勉強しない。

質問8: 問7のお悩み等を解決する選択肢として塾の夏期講習はご興味ありますか？



質問9: 塾の夏期講習に通う際に、どんなことを重視して塾選びをしますか？(いくつでも)



### 質問10:【協力企業からの質問】

東京個別指導学院は、個別指導一筋30年のノウハウでお子さまの成績アップを支える数多くの仕組みがあります。

もしお子さまを通わせたいと思う時、あなたはどの項目に魅力を感じますか？(いくつでも)

