

“習慣向上” わが子の育ち 見とり表

～自立と共生をめざし、成長の段階にそって身に付けたい習慣～

多治見市教育委員会では、「自らの力で未来を切り拓き、自立して生きる子ども」「自他の良さや違いを理解し、共生する子ども」の育成をめざし、幼保小中の各段階で、お子さんに確実に身に付けておきたい習慣（生活・運動・学習）を次のように整理しました。

日々のお子さんの様子と照らし合わせて見とっていただき、健やかな成長にご活用ください。
お子さんと会話しながら、身に付いていることの口に✓（チェック）を入れていきましょう！

段階	生活	運動	学習
幼稚園・保育園	<input type="checkbox"/> 早寝、早起き、朝ご飯の習慣付け <input type="checkbox"/> 元気よくあいさつを返す <input type="checkbox"/> 身の回りのことを自分でする <ul style="list-style-type: none"> ・うがい、手洗い、歯みがき ・好き嫌いのない食事 ・衣服の着脱や整頓 ・一人で排尿、排便 	<input type="checkbox"/> 1日60分の運動遊びをする <input type="checkbox"/> いろんな遊びに進んで挑戦する <ul style="list-style-type: none"> ・ままごとやごっこ遊び ・進んで体を動かす外遊び <input type="checkbox"/> 楽しく遊ぶ <ul style="list-style-type: none"> ・夢中になって一人遊び ・なかよく集団遊び 	<input type="checkbox"/> 絵本を楽しむ <ul style="list-style-type: none"> ・読み聞かせへの関心が高い ・お話のおおよその内容が分かる ・登場人物になりきって読む ・思い出したことを描ける <input type="checkbox"/> 身近なできごとを進んで話す <input type="checkbox"/> 話し手の顔を見て聴く
小学校（1～3年）	<input type="checkbox"/> 決められた時間で行動する <ul style="list-style-type: none"> ・自分で起床、就寝 ・1日3食、欠かさず食事 ・テレビやゲームの時間を守る <input type="checkbox"/> 自分から進んであいさつする <input type="checkbox"/> 学校や地域の行事に関心を持ち、楽しく参加する	<input type="checkbox"/> 1日60分以上の運動遊びをする <ul style="list-style-type: none"> ・業間や昼休み、帰宅後の外遊び ・さまざまな遊びに関心をもつ ・たじみ技能スタンダード（水泳、縄跳び）に進んで挑戦する <input type="checkbox"/> 自然に触れ季節に合わせて遊ぶ <input type="checkbox"/> 仲間と誘い合って楽しく遊ぶ	<input type="checkbox"/> 学習用具（文具や教科書）の準備や片付けを自分で行う <input type="checkbox"/> 決められた時間と内容（宿題）で家庭学習を行う <ul style="list-style-type: none"> ・毎日30分程度は机に向かう <input type="checkbox"/> 進んで本に親しむ（低学年：毎日1冊、3年生：幅広く週2冊）
小学校（4～6年）	<input type="checkbox"/> 自分で決めたように行動する <ul style="list-style-type: none"> ・自分で起床、就寝 ・3食バランスよく食べる ・ノーメディアの日を決めて行う <input type="checkbox"/> 場面に合ったあいさつをする <input type="checkbox"/> 学校や地域の行事に関心を持ち、自分から進んで参加する	<input type="checkbox"/> 毎日行う運動を決めて取り組む <input type="checkbox"/> 目標を決めて運動する <ul style="list-style-type: none"> ・苦手な運動にも挑戦する ・たじみ技能スタンダード（水泳、縄跳び）に目標をもって挑戦する <input type="checkbox"/> 運動機会に応じて、仲間と一緒に、ルールや行い方を工夫する	<input type="checkbox"/> 学習用具の準備を行い、忘れ物がないよう自分で確かめる <input type="checkbox"/> 与えられた内容をやりきるまで、ねばり強く家庭学習を行う <ul style="list-style-type: none"> ・毎日60分程度は机に向かう <input type="checkbox"/> 興味や目的に合わせて本を読み（週1冊）、学習にも活用する
中学校	<input type="checkbox"/> 見通しをもって自律的に行動する <ul style="list-style-type: none"> ・週から月程度の時間を管理する ・必要に応じて自分で作って食べる ・ルールを守り効果的にSNSを使う <input type="checkbox"/> あいさつから会話を広げる <input type="checkbox"/> 学校や地域に貢献しようとボランティア等に進んで参加する	<input type="checkbox"/> 部活・クラブに積極的に参加する <input type="checkbox"/> 時間を生み出して運動する <input type="checkbox"/> 目的や目標を決めて運動する <ul style="list-style-type: none"> ・自分の体力や運動能力を高めることをめざし、運動を選んで行う ・健康と体力のつながりに関心を持ち、意義を感じて運動する 	<input type="checkbox"/> 目標や内容を決めて家庭学習を行う（1年生：1時間、2年生：2時間、3年生：3時間以上） <input type="checkbox"/> 興味や目的に合わせて、読み応えのある本を読む（月2冊） <input type="checkbox"/> TPO（時、場、目的）に応じた会話ができ、深く考え、表現する

＜生活＞ 時間行動を基盤とし、あいさつや地域活動への参画をめざした内容

＜運動＞ 運動の日常化や自ら目的・目標を設定して取り組むことをめざした内容

＜学習＞ 家庭学習や読書への取り組みや思考力・判断力・表現力の向上をめざした内容

「できたこと」だけでなく「できるようになろうと挑戦したこと」もタイムリーに認め励ますことで、子どもの自己肯定感が高まり、意欲や態度の向上につながります。

大切なのは、子ども自身が自ら伸びようとする“子育て”と子どもの健やかな成長を願う大人の“子育て”がタイミングよく重なり、積み上がっていくことです。

◆ この見とり表は、『多治見市教育研究所HP』からダウンロードできます。

<http://school.city.tajimi.lg.jp/kyoiku/> “習慣向上” わが子の育ち 見とり表

