

チャレンジリポート



たかなべがししょうがっこう ほけんしつはっこう
高鍋東小学校 保健室発行



昨年度から、アウトメディアからメディアコントロールを中心に取り組んで
もらっているこの「チャレンジリポート」。タブレットでの学習が増えたことや、
スマホの所持率が上がっていることから、メディアと上手に付き合うルール作
りをする期間として、昨年度から「メディアコントロール」を中心にチャレン
ジしてもらっています。

1学期に実施したチャレンジリポートの結果を、振り返ってみましょう。夏休み
中のメディアコントロールはできていますか？

ねんせい とりくみ 1・2・3年生の取組

○ 1・2・3年生は、

😊 メディアコントロールできた

👍 ノーメディアできた

😞 どちらもできなかった

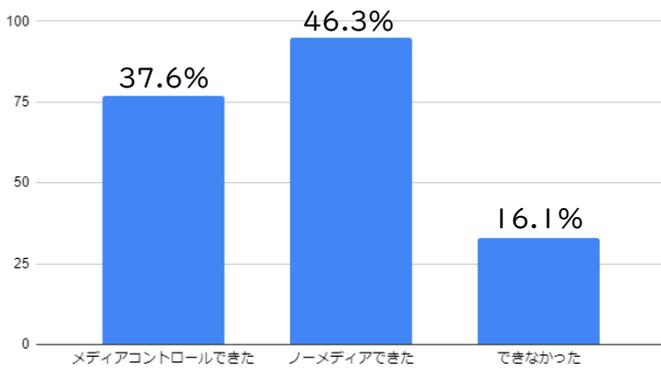


の3つについて、チェックしてもらいました。

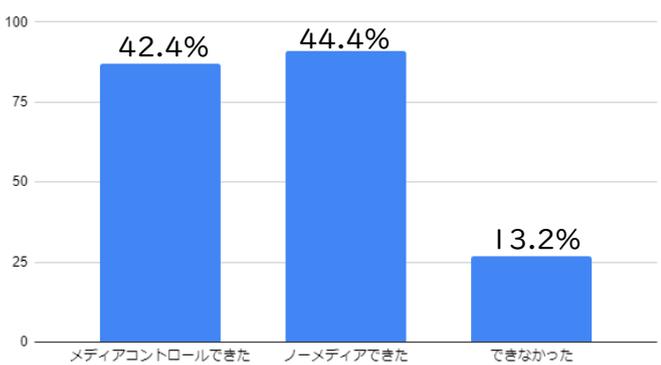
○ 1日目より2日目、3日目と、できなかった
という割合が少なくなっています。

○ メディアコントロールができていたことが
素晴らしいですが、さらにノーメディアに取
り組むことができていて、意識して取り組
めたことがわかります。

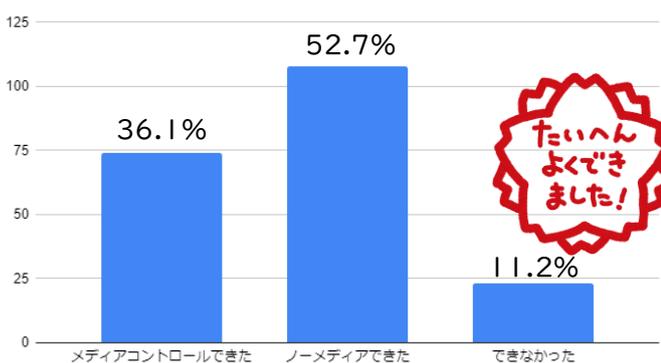
「6月11日(火)」



「6月12日(水)」



「6月13日(木)」



チャレンジ後の 感想



・楽しかった!
・お手伝い
できました



・早く寝ることで次の日の
朝がすっきりしていることが
わかった。

・お手伝いは楽しいけどタ
ブレットを見ないようにする
のは難しかった。

・いつもよりすぐ寝れたし、
絵本も見れたよ。あと絵本
が2つ読めた。

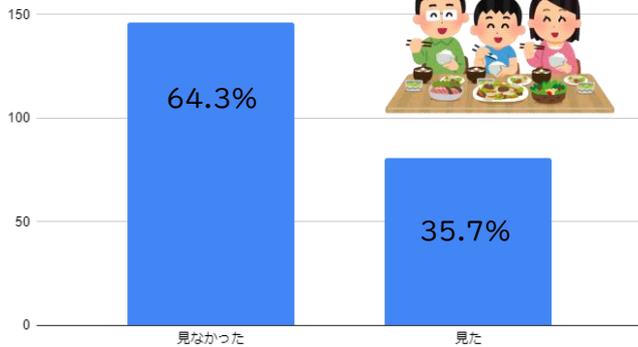


・がまんできずに、テレビを
見ちゃった。
・見れなくていやだった。

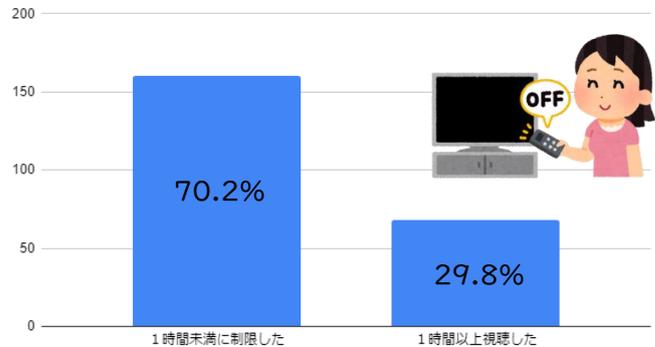
ねんせい とりくみ 4・5・6年生の取組

〇4・5・6年生は、6つについてチェックしてもらいました。半分以上の人が、制限できたり、おうちで決めたルールをしっかりと守ることができています。この調子!

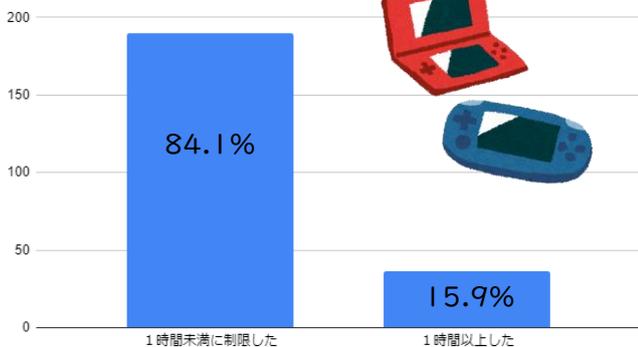
「食事中はテレビを見なかった」



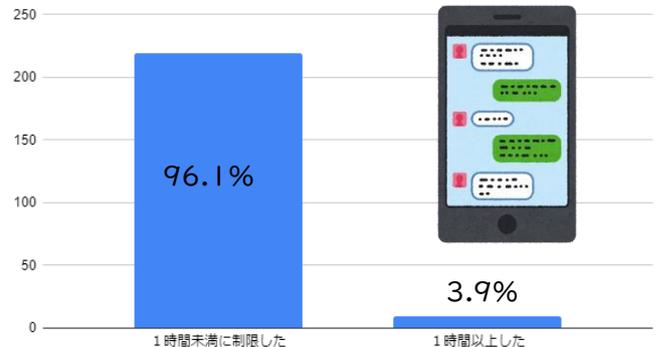
「動画（テレビ・Youtube・TikTokなど）を制限した」



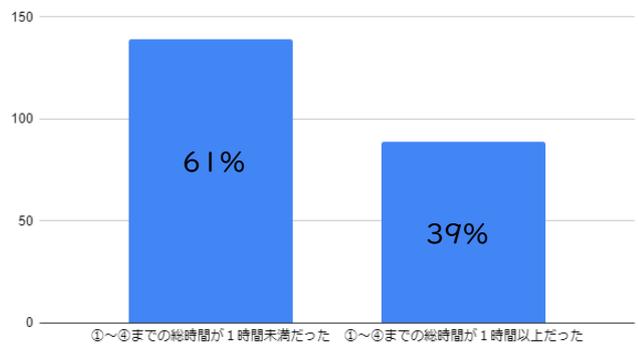
「ゲームを制限した」



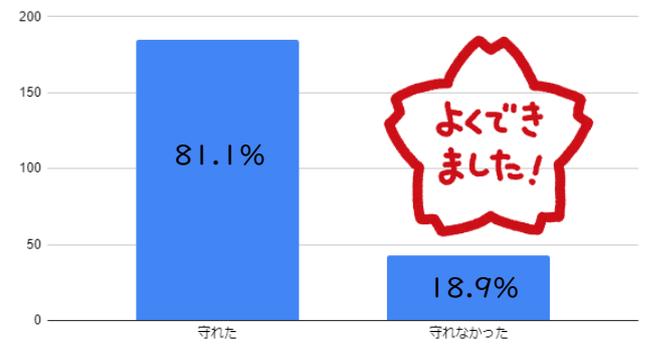
「SNS（LINE・チャット・メールなど）を制限した」



「上の①～④についてのメディアコントロールができた」



「我が家のルールが守れた」のカウント数



チャレンジ後の感想



- ・ルールを守れた。それで自分が成長したと少し思えた。・前よりコントロールできてると感じた。
- ・家族との時間を作るのも大切だと思った。
- ・ゲームの時間が1時間を超えていたからそこをこれからは改善しようと思った。
- ・やっぱりしちやだめといわれるほどしてしまうんだなと思いました。
- ・アウトメディアでは食事中は三日連続でテレビを見ず、我が家のルールも少し守れたのでゲームを制限できなかったけど僕的には良かったと思います。

【おうちの人からのほげまし】

- ・三日間一度もテレビスマホを見ずによく頑張りました。仲良く遊ぶ時間がたくさんあって良かったです。
- ・動画を見出すとすぐに時間が過ぎてやるべきことができなくなってしまうので、まずやるべきことをしっかりとやっていきましょう。
- ・この三日間、ノーメディアを意識して頑張っていました。テレビ Youtube、ゲームの一切をせず、三日間やり切ったので、これからもメディアコントロールしながら、勉強と遊びに取り組んでほしいです。
- ・最近の視力低下と本人の生活習慣の改善のためゲーム、Youtube を禁止していたが、本人には地獄のようだった。今後も改善ができるまで我が家のアウトメディアは継続します。

