小学生の時間管理タイプ

―冬休みの宿題の取り組みから―

井邑智哉・岡崎善弘・徳永智子・高村真広

Type of time management in elementary school students: Home works during winter vacation

Tomoya Imura, Yoshihiro Okazaki, Satoko Tokunaga and Masahiro Takamura

長期休暇中に様々な宿題を行わなければならない児童は，計画を立てた上で宿題をしているのだろうか。本研究では，計画を立てた小学生と立てなかった小学生それぞれの宿題の取り組み方について調査した。小学生の宿題の取り組み方は 4 タイプに分類された:（a）ほぼ毎日していた“安定型”，（b）冬休みの前半で集中的に宿題をするが，後半からペースが落ちる“前半集中型”，（c）冬休みの前半では宿題をあまりしないが，後半からペースを上げる“後半集中型”，（d）ほとんど宿題をしなかった“逃避型”。計画作成の有無でそれぞれのタイプを分類した結果，計画を立てていなかった小学生には逃避型が多く，計画を立てた小学生には安定型，前半集中型，後半集中型が多いことが示された。

キーワード：時間管理，小学生，宿題，冬休み

問題

社会の発展に伴い，各個人の仕事量は増加しており，限られた時間の中でより効率的に仕事を進めることが求められるようになっている。このような社会のニーズに適合するためには，無駄な時間の浪費を防ぎ，仕事の生産性を高める必要がある（Lakein, 1974）。時間を効率良く使用する方法の一つは，時間管理（time management）をすることである。時間管理は仕事の効率化をもたらす方略である以外に，ストレスを低下させる方略の一つでもある。例えば，学業だけでなく学費を稼ぐためにアルバイトもしなければならない大学生は毎日が多忙であり，時間に追われるような生活にストレスを感じている学生は多い（Swick, 1987）。授業とアルバイトの両立に悩む学生に対して，欧米の大学のカウンセリングサービスでは，時間管理をストレスコーピングの一つとして紹介している（Macan, Shahani, Dipboye, & Philips, 1990）。このように，現代の社会人や学生にとって時間管理は生活における必要不可欠な方略の一つである。

時間管理が必要なのは大人だけではない。子どもでも時間管理が必要とされる場面がある。例えば，夏休や冬休みなどの長期休暇になると，児童生徒は学校から課された数多くの宿題をしなけれ

ばならない。長期休暇中には，友達と遊んだり家族と旅行に行ったりするなどの多くのイベントがあるため，提出日までに数多く課されている宿題を，いつ，どのように終えていくかの時間管理をすることは，長期休暇をより良く過ごす上で重要である。

また，宿題は提出日に提出できれば良いというものではない。学校が長期休暇中に様々な宿題を子どもたちに課す理由には，(a) これまで学習してきた内容を定着させるためや，(b) 学習習慣を維持させるためといったものがあるだろう。授業期に課される宿題においては，学習内容の定着が主な目的であるのに対して，長期休暇中の宿題においては，定着だけでなく学習習慣の維持を求めていることがその特徴と言える。学習習慣を維持させるという目的は，児童生徒が継続的に毎日少しずつ宿題をしたことで達成されたと判断できる。しかし，長期休暇中の宿題の取り組み具合は児童生徒の裁量に委ねられているため，学校側の目的が達成されていない可能性がある。例えば，長期休暇の終わり頃にまとめて宿題に取り組んでいたのでは，学習習慣の維持ができていないだけでなく，学習内容を定着させるという目的も達成されていない可能性がある。長期休暇前に計画を立てることを促すことで継続的に宿題をするように指導している学校もあるが，児童生徒は実際に計画を立てた上でそれぞれの宿題をしているのだろうか。また，児童生徒が計画を立てた場合，学校が求めているような継続的な取り組みに沿う計画を立て，実際にそのような取り組みができているのだろうか。本研究では，計画した小学生と計画しなかった小学生の宿題の取り組み方について調査した。

方法

調査対象者

広島県内の小学校 4 年生 15 名（男子 7 名，女子 8 名），5 年生 14 名（男子 9 名，女子 5 名），6 年生 22 名（男子 6 名，女子 16 名）を対象に調査を実施した（平均年齢 10.75 歳，$SD = 1.77$）。調査時期は 2013 年 1 月であり，冬休み終了後 1 週間以内に行った。

質問紙

(a) 冬休みの各時期に宿題に取り組んだ程度と，(b) 冬休み前に宿題を計画的にするための予定を立てたかどうかを尋ねた。宿題の取り組みの質問では，“冬休みの前半（12 月 22 日～12 月 30 日）に宿題をどのくらいやりましたか”，“冬休みの後半（12 月 31 日～1 月 7 日）に宿題をどのくらいやりましたか”と尋ねた。いずれも，“まったくやらなかった（1 点）”，“2，3 日やった（2 点）”，“4，5 日やった（3 点）”，“ほぼ毎日やった（4 点）”の 4 件法で回答を求めた。宿題の計画の質問では，“冬休み中に宿題を計画的にすすめる予定は立てていましたか”と尋ねた。回答は“はい”か“いいえ”で求めた。

結果

宿題の取り組み方のタイプ

冬休み中の宿題の取り組み方に違いがあるのかを調べるために，クラスタ分析（ウォード法，平均ユーグリッド距離）を行った。分析では，冬休みの各時期（前半，後半）に宿題に取り組んだ程

度に関する 2 変数を投入変数として扱った。各クラスタに含まれる対象者の数とクラスタの解釈可能性を考慮して，四つのクラスタを得た。クラスタの特徴を把握するために，投入変数ごとに四つのクラスタの得点について，1 要因の分散分析を行った。その結果，全ての投入変数において有意な主効果が示された（冬休み前半に宿題を行った程度: $F(3,47) = 77.72, p < .001, \eta^2 = .69$; 冬休み後半に宿題を行った程度: $F(3,47) = 31.48, p < .001, \eta^2 = .45$）。四つのクラスタにおける各投入変数の平均と標準偏差，および Bonferroni 法（α=.05）による多重比較の結果を Table 1 に示した。分散分析の結果から解釈される各クラスタの特徴は以下の通りである。

第 1 クラスタは冬休みの前半と後半を通してほとんど宿題に取り組んでいない群であったため，“逃避群（9 名，17.6%）”と命名した。第 2 クラスタは冬休み前半に宿題に集中的に取り組む群であったため，“前半集中群（14 名，27.4%）”と命名した。第 3 クラスタは前半と後半を通してほぼ毎日宿題に取り組む群であったため，“安定群（18 名，35.2%）”と命名した。第 4 クラスタは前半もある程度行うが後半により集中して宿題に取り組む群であったため，“後半集中群（10 名，19.6%）”と命名した。

Table 1

各クラスタにおける投入変数の平均と標準偏差および多重比較結果

	クラスタ1（逃避群）n=9	クラスタ2（前半集中群）n=14	クラスタ3（安定群）n=18	クラスタ4（後半集中群）n=10	多重比較
冬休み前半	1.11 (0.33)	2.85 (0.77)	4.00 (0.00)	2.80 (0.42)	3 > 2, 4 >1
冬休み後半	1.77 (0.66)	1.64 (0.49)	3.44 (0.78)	3.50 (0.52)	3, 4 > 1, 2

注) 得点の範囲は1点～4点であり，括弧内は標準偏差を示す。

計画の有無と実際の取り組みの関連

冬休み前に宿題の計画を立てていたかどうかを尋ねた結果, 計画を立てていた児童は 37 名（73%）であり，計画を立てていなかった児童は 14 名（27%）であった。冬休みの宿題の予定を立てていたかどうかと，宿題への取り組み方の 4 クラスタの二つで児童を分類したものを Table 2 に示す。宿題の取り組み方の 4 クラスタが，冬休みの宿題の予定を立てたかどうかによって相違が見られるかを検討するために，χ^2 検定を行った結果，$\chi^2(3, N = 51) = 9.70, p < .05$ であった。残差分析を行ったところ，逃避型の割合は，計画を立てた群よりも計画を立てていない群において割合が有意に高かった。

Table 2

冬休みの計画の有無と宿題への取り組み方の割合（%）

		クラスタ1（逃避群）	クラスタ2（前半集中群）	クラスタ3（安定群）	クラスタ4（後半集中群）
冬休みの宿題の予定を立てたか	はい (n = 37)	8	32	41	19
	いいえ (n = 14)	43	14	21	21

考察

本研究では，（a）小学生は宿題を終えるための計画を立てた上で宿題を行ったのかどうか，（b）計画を立てた小学生と立てなかった小学生の宿題の取り組み方について調査した。

まず本研究に参加した多くの小学生が冬休み前に計画を立てていたことが分かった。冬休み前に計画を立てたと答えた約 7 割の小学生たちでは，計画を立てなかった小学生に多かった逃避型の割合は少なく，安定型（41%），前半集中型（32%），後半集中型（19%）の 3 タイプに分かれた。この結果から，小学生たちが宿題を終えるために立てる計画には 3 タイプあると推測できる。長期休暇の最初にまとめて宿題をする前半集中型や長期休暇の終わり頃にまとめて宿題をする後半集中型が約 5 割いたことを考えると，子どもたちは計画を立てるが，継続的に宿題をするような計画ではないことが示唆される。つまり，児童生徒は，学習習慣の継続という学校側の目的とは異なる宿題の取り組み方をしている可能性がある。一方で，本研究における小学生全体の約 3 割は冬休み前に宿題を終えるための計画を立てておらず，計画を立てなかった群においては積極的に宿題に取り組まなかった割合が高かった。この結果は長期休暇前に宿題を終えるための計画を立てることの必要性を示唆している。しかし，宿題に積極的に取り組めなかった背景には，計画を立てなかったことだけでなく，宿題や学習に対するモチベーションや習い事を含む宿題以外の活動などの影響が考えられる。したがって，今後はどの要因が宿題に対するモチベーションに強く影響するのかについて検討する必要がある。

本研究では小学生たちが実際にどのような計画を立てていたのか詳細に尋ねることができなかったため，取り組みのタイプと同じ様な計画を冬休み前に立てていたかどうかは定かではない。課題に対する時間を正確に見積もることは大人でも難しいことを考慮すると（Roy & Christenfeld, 2007），冬休み前に立てた計画と実際の取り組みにズレが生じたことが予想される。立てた計画と実際の進み具合がどれほど違っているのか，計画と実際の進み具合がズレた場合にはどのように対処しているのかについて調べることは今後の課題である。

計画を立てて時間管理することの意義は，パフォーマンスをより良くすることにある。本研究では冬休み前後の学習成績を扱っていないため，取り組みのタイプと学習成績の関連については分からない。したがって，どの取り組みのタイプが学力の維持および向上において優れているのかも不明である。しかし，“継続は力なり”という言葉が示すように，学習は積み重ねが重要である。そのことは，集中学習よりも分散学習の方が学習の効果が高いという先行研究からも示唆されている（Peterson, Hiliner, & Saltzman, 1962）。すなわち，ほぼ毎日少しずつ宿題をおこなっていた安定型がその他のタイプに比べて学習成績は少なくとも維持できていると考えられる。取り組みのタイプと学習成績の関連について調べることも今後の課題の一つである。

引用文献

Lakein, A. (1974). *How to get control of your time and life.* New York: The New American Library.

Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Philips, A. P. (1990). College student’s management: correlations with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology*, 82, 760-768.

Peterson, L. R., Hiliner, K., & Saltzman, D. (1962). Supplementary report: Time between pairings and short-term retention. *Journal of Experimental Psychology*, 64, 550-551.

Roy, M. M., & Christenfeld, N. J. S. (2007). Bias in memory predicts bias in estimation of future task duration. *Memory & Cognition*, 35, 557-564.

Swick, K. J. (1987). *Student stress: A classroom management system.* Washington, DC: National Education Association.