

児童の時間管理：冬休みにおける宿題の取り組み方と 学業成績の関連

(中間報告)

岡山大学 岡崎 善弘
宇部フロンティア大学 徳永 智子
広島大学 高村 真広
精華女子短期大 井邑 智哉

The relationship between time management and academic performance in sixth grade

Okayama University, OKAZAKI, S. Yoshihiro
Ube Frontier University, TOKUNAGA, Satoko
Hiroshima University, TAKAMURA, Masahiro
Seika Women's Junior College, IMURA, Tomoya

要 約

本研究は、児童の時間管理のタイプと学業成績の関係について調べている。毎日少しずつ継続的に宿題を行う計画を立て、計画通りに宿題を行った児童は、その他の時間管理タイプの児童よりも学業成績が高いのか検証する。現在は、宿題に取り組む計画について冬休み前に尋ねた段階である。さらに、冬休み終了後、実際の取り組み方について尋ね、学力テストを行う予定である。また、児童の時間管理タイプと心理的特徴（学習意欲、無気力感、自己効力感、メタ認知活動）の関連も検討する予定である。

【キー・ワード】時間管理, 児童, 学業成績

Abstract

This study aims to investigate the relationship between type of time management and academic performance in childhood. We examined whether academic performance in children doing homework daily is higher than the other children's performance. The children responded to a questionnaire about their schedule in homework during winter vacation. They are scheduled to respond to a questionnaire about their actual approach in homework after winter vacation. Additionally, motivation for learning scale, helplessness scale, self-efficacy, and metacognition scale can be used in order to investigate the relationship between the scales and the type of children's time management.

【Key words】 Time management, childhood, academic performance

目 的

時間管理とは、目標を達成するために時間を効果的に使用する行動である (Claessens, Van Eerde, Rute, & Roe, 2007)。仕事や課題に対して時間の配分を効果的に行うことは、現代に生きる大人だけでなく、児童にも必要な能力の 1 つである。例えば、小学生になると、夏休み中に課される大量の宿題を、いつ、どのくらいのペースで行うかを考えなければならない。長期休暇中に学業成績を維持・向上させる上で、どのような時間管理が効果的なのだろうか。本研究は、冬休み明けに行う学力テストの成績が高い (または低い) 児童が、どのような計画のタイプ、実際のタイプであったのか調べることを目的とする。また、児童の心理的特徴 (学習意欲、無気力感、自己効力感、メタ認知活動) と宿題の計画タイプの関係についても調べる。

時間管理による効果

時間管理を行う理由は、効率的に仕事や課題を行うことでパフォーマンスを向上させることや、心理的な負担を軽減させることであろう。時間管理尺度による効果について調べた先行研究においても、時間管理の効果は仕事や学業への効果と心理的な効果の 2 つの観点から検討されている。仕事や学業では、テスト成績 (Burt & Kemp, 1994; Britton & Tesser, 1991)、職務遂行能力や仕事の成果 (Barling, Kelloway, & Cheung, 1996; Macan, 1994) において正の相関関係が示されている。心理的な効果では、ストレス反応 (Macan, 1996)、不安 (Kelly, 2003)、仕事負荷感 (Hafner & Stock, 2010) において負の相関関係が示されている。これらの研究結果は、時間管理を行うことによって、パフォーマンスが向上し、心理的な負担が軽減できることを示している。

先行研究で扱われている時間管理尺度の多くは時間管理に関する行動で構成されている。例えば、目標を設定する、手帳を使う、To do リストを作成する、仕事に優先順位を付けるなどである。これらはどれも必要な行動であるが、継続的かつ有効に活用していなければ効果は期待できないであろう。例えば、夏休みの宿題を提出日の 1 か月間前に終えることは、締め切りの観点からすると評価される傾向にあるが、学習にほとんど触れない期間が 1 か月続くことは、学力の維持・向上の観点から見ると望ましいとは言えないであろう。一方で、夏休みが終わる 1 週間前に集中的に宿題を終えることも同様である。したがって、目標設定や手帳を使うなどの時間管理の行動だけでなく、宿題をいつ、どの程度行うのか、効果的な時間配分を行うことも重要と思われる。

学習に効果的な取り組みと児童の宿題の取り組み方

学習の効果は、短期間でまとめて行う集中学習よりも、多くの日程に配分して行う分散学習の方が効果的とされている (水野, 1998)。また、分散学習の効果は極めて高く、長期間持続する (例えば, Baddeley, 1990; Bahrick & Phelps, 1987; Glenberg & Lehmann, 1980)。これらの研究結果に基づくと、長期休暇中は、毎日少しずつ継続して行うことが最も学習に効果的な取り組みと思われる。長期休暇中、児童はどのように宿題に取り組んでいるのだろうか。井邑・岡崎・徳永・高村 (2012) は、児童 (小学 4 年生～小学 6 年生, 合計 51 名) を対象として、冬休みの宿題の取り組み方について調べた。『毎日

少しずつ宿題を行った（安定型）児童は約 35%であり、『宿題を早く終わらせた（前半集中型）』児童は約 27%であった。さらに、約 20%の児童は『長期休暇の後半になってから取り組む計画（後半集中型）』であった。毎日少しずつ宿題を行う安定型の児童が約 4 割であり、その他のタイプが約 6 割であることは、先に述べた分散学習の有効性の観点から考えると、冬休み中において学力を維持・向上している児童は少ないことが予想される。そこで、本研究では、毎日宿題を少しずつ行う計画を立て、計画通りに宿題を行った児童は、その他の児童よりも学力テストの成績は高い、という仮説を立て、検証する。また、安定型の計画を立て、計画通りに宿題を行う児童の心理的特徴を捉えるために、学習意欲、無気力尺度、自己効力感尺度、メタ認知活動尺度の調査も同時に行う。

方法

調査協力者

中国地方の公立小学校に通う児童が本調査に参加した。調査は 3 つの小学校で実施しており、本調査に参加した小学生は 200 名（男子 99 名、女子 101 名）であった。

質問紙

(a) 宿題の取り組み方：予定

(1) 冬休み中、どのように宿題に取り組むのか、“冬休みが始まってすぐにすべての宿題を終わらせる”、“冬休み中は毎日少しずつ宿題をする”、“12 月中はあまりしないけれど、1 月に入ってから宿題を一気に終わらせる”、“その他”の 4 つの中から自分の考えに最も近い選択肢にマルを付けるように求めた。(2) (1)で選択した予定で宿題を行う理由について、回答を自由記述で求めた。(3) 冬休みの日程を示したスケジュール表に、宿題をしようと思っている日にマルを付けるように求めた。

(b) 学習意欲尺度（若松・大谷・小西，2004；6 項目）

宿題の取り組み方と学習意欲の関係を調べるために、学習における積極性を“5. すごくあてはまる”から“1. あてはまらない”の 5 件法で尋ねた。

(c) 無気力尺度（嶋田，1998；5 項目）

宿題の取り組み方とストレスの関係を調べるために、無気力を“5. すごくあてはまる”から“1. あてはまらない”の 5 件法で尋ねた。無気力尺度は、小学生用ストレス反応尺度（嶋田，1998）を構成する下位尺度の 1 つである。

(d) 自己効力感尺度（森，2004；5 項目）

宿題の取り組み方と自己効力感の関係を調べるために、学業に関する自己効力感について、“5. すごくあてはまる”から“1. あてはまらない”の 5 件法で尋ねた。

(e) メタ認知活動尺度（佐藤・新井，1998；9 項目）

宿題に取り組む計画を立てる時点で、学習に対してどの程度メタ認知を働かせているかどうかを調べるために、“5. すごくあてはまる”から“1. あてはまらない”の 5 件法で尋ねた。

(f) 宿題の取り組みに対する保護者の関わり（7 項目）

宿題の取り組みにおいて、保護者が児童に対して日頃どのように関わっているのかを調べるために

新たに作成した。“5. すごくあてはまる”から“1. あてはまらない”の5件法で尋ねた。

(g) 宿題の取り組み方：実際

(1) 冬休み中、どのように宿題に取り組んだのか、“冬休みが始まってすぐにすべての宿題を終わらせた”、“冬休み中は毎日少しずつ宿題をした”、“12月中はあまりしなかったけれど、1月に入ってから宿題を一気に終わらせた”、“その他”の4つの選択肢の中から1つマルを付けるように求めた。(2) (1)で選択した取り組み方をした理由について、回答を自由記述で求めた。(3) 冬休みの日程を示したスケジュール表に、宿題をした日にマルを付けるように求めた。

(h) 学力テスト：国語・算数

国語(25問)と算数(25問)の2教科で構成されており、合計50問であった。1問につき2点を配分し、最大100点とした。問題は、各小学校が児童に課した宿題の中から抜粋した。

調査時期

冬休みが始まる前日(2014年12月25日)に(a)～(f)の調査を行った。冬休みが明けてから1週間以内に(b)～(d),(g),(h)を実施する予定である。

引用文献

- Baddeley, A.D. (1990). *Human Memory: Theory and Practice*. Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Bahrick, H. P., & Phelps, E. (1987). Retention of Spanish vocabulary over 8 years. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 13 (2), 344-349.
- Barling, J., Kelloway, E. K., and Cheung, D. (1996). Time management and achievement striving interact to predict car sale performance. *Journal of Applied Psychology*, 81, 821-826.
- Burt, C. D. B., & Kemp, S. (1994). Construction of activity duration and time management potential. *Applied Cognitive Psychology*, 8, 155-168.
- Briton, B. K., & Tesser, A. (1991). Effects of time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology*, 83, 405-410.
- Claessens, B. J. C., Van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel Review*, 36, 255-275.
- Glenberg, A. M., & Lehmann, T. S. (1980). Spacing repetitions over 1 week. *Memory & Cognition*, 8 (6), 528-538.
- Hafner, A., & Stock, A. (2010). Time management training and perceived control of time at work, *The Journal of Psychology*, 144, 429-447.
- 井邑智哉・岡崎善弘・徳永智子・高村真広 (2012). 小学生の時間管理タイプー冬休みの宿題の取り組みからー 広島大学心理学研究, 12, 263-267.
- Kelly, W. E. (2003). No time to worry: The relationship between worry, time structure, and time management. *Personality and Individual Differences*, 35, 1119-1126.
- Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*,

79, 381-391.

Macan, T. H. (1996). Time management training: effect on time behavior, attitudes, and job. *The Journal of Psychology*, 130, 229-236.

水野りか (1998). 分散学習の有効性の原因. *教育心理学研究*, 46 (1), pp.11-20.

