

家庭学習のススメ

家庭学習の意義や大切さは皆さん十分ご承知のことと思います。家庭学習に取り組むときのポイントや具体的な方法については、この学習のススメを参考にしてください。効果的な家庭学習を行い、学習習慣を身に付けさせ、お子さんの学ぶ力を伸ばしてください。

この手引きをよく目にする場所に貼り、根気強く取り組みましょう。（南小ホームページにも載っています）

また、中央市教育委員会から出されている「家庭学習の手引き」も参考にしましょう。

日常生活を見直しましょう

☆睡眠時間（8～10時間）を確保しましょう

寝る子は育つ！脳の活性化には不可欠です。

めやす 低学年→9～10時間、高学年→8～9時間

☆元氣なあいさつを交わしましょう

明るい家庭はパワーの源になります。

☆バランスの良い食事を心がけましょう

特に朝食はしっかりとるようにしましょう。

☆ゲームやテレビは時間を決めて！

学習に集中するには気持ちの切り替えが大切です。

☆自分で時間割や学習用具をそろえましょう

学習に自分から挑もうとする意識を高めます。

学習空間を作りましょう

☆机の上をきれいにしておきましょう

整とんされた机を前にするだけでやる気が出ます。

勉強するときは、余計なものは片付けましょう。

☆必要な学用品はしっかりと準備しましょう

辞書などは、手に届く範囲に用意しておきます。

☆テレビを消しましょう

家族にも協力してもらいましょう。

さあ、家庭学習を始めましょう！

おうちのひとと話し合っ、学習する時間帯を決めましょう！
落ち着いてしっかり学習できる時間帯を選びましょう！

学習時間のめやすは次の通りです

学年×10～15分

家庭学習では、次のようなことに取り組みます

学校から出された宿題

自主学習（宿題のほかに自分で決めてする学習）

学習を始めたらず集中してやり通しましょう

テレビをつけながら、食べたり飲んだりしながらの「ながら勉強」は、身につけません。だらだらしていても、しっかり勉強しても、時間の過ぎ方は同じです。どうせ同じ時間を過ごすのなら、実のある時間を過ごしましょう。

学年に応じ、集中して学習できる時間を延ばしていきましょう。

自主学習で子どもたちの「力」はぐんぐん伸びていきます

教科の学習に関わって（例）

国語
漢字練習、音読、意味調べ、視写、日記など

算数
計算練習、間違えた問題をノートに書いてもう一度解いてみる など

社会や理科
学習したところに関係がある事柄を、本やインターネットなどで調べてまとめる など

※その日に学習した内容をノートにまとめるのもよいでしょう。また市販のドリルや問題集などに取り組んでみるのもよいでしょう。

興味関心を広げるために

- ◇読書をする “本は心の栄養です。”
- ◇ニュース番組や新聞を、親子で見て話し合う
- ◇百人一首や将棋、囲碁など、頭を使うゲームをする
- ◇自然や生き物とふれあい、くわしく観察する

家庭学習が終わったら… えんぴつを削りましょう。忘れ物がないように明日の学習の準備をしましょう。

家庭を学びの場に

家庭学習の手引き

～自ら学ぶ意欲と能力を育てるために～

【保護者用 3年間保存版】



平成30年度版 中央市教育委員会

保護者の皆様へ

～「進んで学ぶ力」は、家庭学習から育ちます～

「確かな学力」^{注1}の育成は、学校の果たすべき最も重要な役割です。そのために、各学校では授業についての研究会など、様々な取組が行われています。

一方、教育の原点は「家庭」にあります。子どもは、家族との関わりや体験を通して多くのことを学びます。家庭の教育が、「確かな学力」の土台となる「進んで学ぶ力」を育てます。

全国学力・学習状況調査においても、学習塾等に通っていない児童生徒のうち、高得点だった児童生徒には、次のような傾向が見られたことが報告されています。

- ・朝食を毎日食べる。 ・毎日、同じぐらいの時間に寝る。
- ・スマホやテレビゲームをする時間が短い。 ・家の人と学校の話をする。
- ・家の人が授業参観や学校行事に出席する。
- ・学校の決まりや規則を守っている。 ・新聞を読んだりニュースを見たりする。
- ・読書が好き。学校や地域の図書館をよく利用する。 ・家庭学習をしている。

これらは、家庭における生活習慣やしつけ、関心の高さに関わることです。

このように、子どもたちに「確かな学力」を育成するためには、学校と家庭が連携協力して、それぞれの責任をしっかりと果たすことが必要となります。

この「家庭学習の手引き」は、中央市教育委員会が中央市内の先生方にご協力いただきながら、各家庭で子どもたちが自分の力で進んで学習に取り組めるよう、教科の学習について大切なこと・学習することの具体例及びアドバイス・保護者の関わり方などを集めて作成しました。各ご家庭では、子どもたちの家庭学習がさらに充実するよう、この冊子をご活用いただければ幸いです。

※注1）確かな学力とは、「知識・技能」「思考力・判断力・表現力」「自ら学ぶ意欲」を含めた幅広い学力のことです。

【目次】

◆保護者の皆様へ	P 1
◆家庭学習における保護者の役割（家庭を学びの場に）	P 2
◆低学年（1・2年生）の家庭学習	P 3
◆中学年（3・4年生）の家庭学習	P 5
◆高学年（5・6年生）の家庭学習	P 7
◆中学校1・2年生の家庭学習	P 9
◆中学校3年生の家庭学習	P11

家庭学習における保護者の役割

～ 家庭を学びの場に ～

生活にリズムを！

「早寝・早起き・朝ごはん」の生活習慣を身に付けさせましょう。
規則正しい生活習慣が日々の生活を充実させ、家庭学習の習慣化につながります。



「がんばり」を見のがさずに！

子どもの学習に目を向け、必要な声かけや見届け（点検）を行いましょう。
結果にとらわれず、粘り強い努力を認め本気でほめましょう。

学習時間を決めて！

最初は短く、だんだん長く。目安は、10～15分×学年です（中学校1年生は、7年生としました）。
「テレビを見ながら」「おやつを食べながら」といった「ながら勉強」は、やめさせましょう。

進んで学ぶ好奇心を！

身の回りや社会の出来事に目を向けるように働きかけましょう。
育成会行事や地域行事への参加を勧めましょう。



読書に親しませる！

まずは家庭で読み聞かせや子どもと一緒に読書をしましょう。
学校の図書室や地域の図書館での本との出会いの楽しさを味わわせましょう。

情報（インターネット）との正しい付き合い方を！

役立つ道具ですが、同時に危険性も持ち合わせています。パソコンやスマートフォン・携帯を使わせる場合は、事前にルールを決め、ルールを守り、家族の目の届くところで使わせましょう。

一緒に家事を！

家族に一員としての責任感と自立心を育てましょう。
家族が協力して家事を行うこととで、家族の大切さを学びます。



先生との連絡を！

分からないこと、困ったことは、遠慮せずに先生に相談するようにしましょう。
子どものことを、先生と一緒に考えましょう。

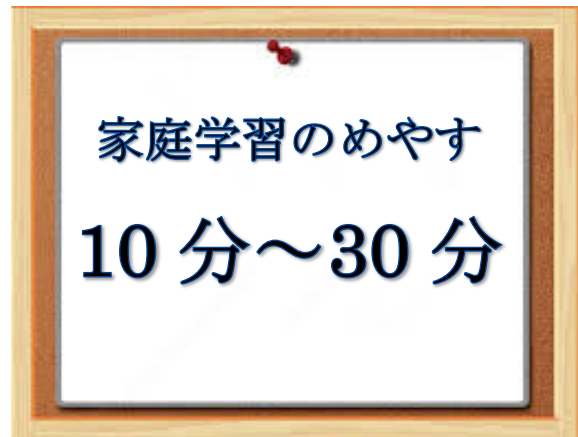
低学年（１・２年生）の家庭学習

☆基本的な学習習慣を身に付けよう！

低学年（１・２年生）では・・・

「早寝早起き」「規則正しい食事」「朝の排便」など、基本的な生活習慣を身に付けることが学習習慣の定着に欠かせません。

家族の手を借りながら、学校での学習を受けて学習内容や学習方法を決め、出来たことをほめることによって興味・関心を引き出し、意欲を高めることができます



学習の特徴

- ★45分を1時間とした学習の中で、「読み・書き・計算」などの基礎的基本的な内容を学習します。その中には、繰り返し練習することで力が付く学習内容がたくさんあります。
- ★「正しい姿勢で座る」「鉛筆を正しく持つ」「明日の授業の準備をする」「身の回りの整理整頓をする」ことが、学習の基本となります。
- ★生活と結びついた学習が多く、具体物を使ったり、実際に体験したりする学習が中心になります。



家庭の援助の具体例

- 学習を始める前に、テレビなどを消す。勉強に集中できるように、勉強をする場を整理整頓する。
- 学校からの連絡やお便り、明日の授業の持ち物などを、子どもと一緒に確かめる。
- 学習時間を決めて、毎日の宿題を最後まできちんとできるように励ます。
- 一緒に買い物をしたり時計を読んだりしながら、子どもの生活経験を少しずつ増やしていく。
- 子どもの興味や関心、学年に応じた本をまわりにおく。できたら読み聞かせをしたり一緒に本を読んだりする。
- 楽しかったことやうれしかったことなど、子どもの話を聞く時間を設ける。また、自分の言葉で絵日記や日記に書くよう勧める。

家庭学習の内容

- 宿題（最後までていねいにする習慣を身に付ける）
- 授業で勉強したことの復習



国語

- ① 教科書の音読
 - ・大きな声ではっきりと読む。
 - ・「、」や「。」に気を付けて、すらすら読めるようにする。
- ② ひらがな・カタカナ・漢字の練習
 - ・書き順や文字の形に気を付けて書く。
 - ・正しい姿勢で、ていねいにゆっくり書く。
 - ・習った文字や言葉を使って、心に残ったことやみんなに知らせたいことを日記に書く。
 - ・教科書の物語の続きや自分で考えたお話を書く。

算数

- ① 計算練習
 - ・はじめはゆっくりと正確にできるように気を付ける。だんだんはやくできるようにする。
- ② 文章問題作り
 - ・生活の中で体験した場面を使って、身の回りにあるものや身近な人の名前が出てくるような問題を作る。
- ③ 授業の復習
 - ・教科書のまとめ（枠で囲まれた部分）を読んだり、ノートに書いたりする。
 - ・今日の授業でやった問題やプリントをもう一度する。

読書

- ・いろいろな種類の本を読む。物語だけでなく科学的な内容の本も読むと良い。国語で学習した物語の作者や説明文の筆者が書いた他の作品は、親しみを持ちやすい。
- ・家の人に読んであげたり家の人と一緒に読んだりすると、読書の楽しさが感じられ、読書の習慣が身に付きやすい。

中学年（３・４年生）の家庭学習

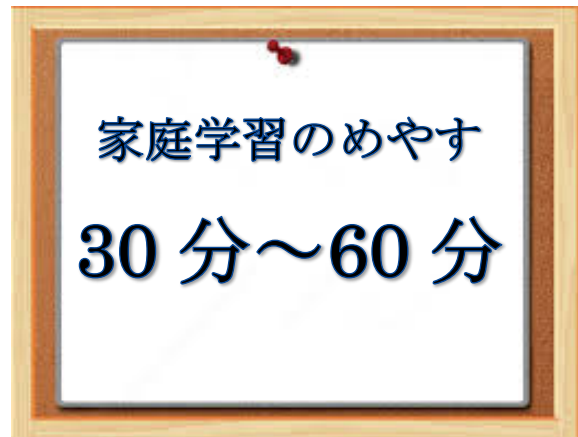
☆自主的な学習習慣を身に付けよう！

中学年（３・４年生）では・・・

自立心が芽生えてくるとともに、自分でやろうとすることが多くなります。「やる気」や「根気」が育つ時期です。

言葉の獲得能力が高くなり、抽象的な思考ができるようになっていわれています。

「急に勉強が難しくなった」という戸惑いや苦手意識をもつ子も出てきます。自信をもたせたり意欲を高めたりするような励ましが大切です。



学習の特徴

- ★総合的な学習の時間や社会科、理科の学習が始まり、学習する内容も大きく広がります。
- ★国語辞典や漢字辞典、地図帳などの使い方を学び、自分で調べることができるようになってきます。自学自習の基礎となる力が育ってきます。
- ★算数では、四則計算（＋、－、×、÷）をすべて学習します。計算の性質や規則を使って、能率よく答えを求められるよう工夫することも学習します。分数や小数などの学習を通して、抽象的な思考力も育成されます。



家庭の援助の具体例

- 温かい励ましや助言でやる気を育てたり、宿題や持ち物を一緒に点検するなどの手助けをしたりして、徐々に自分でできるように支援する。
- 自分から机に向かう姿勢や集中して取り組んでいる姿を見かけたときは、ほめる。
- 学習をする前に、学習する場所の整理整頓を行ったり、連絡帳で今日の宿題を確認したりするよう、言葉をかける。
- 宿題は、分からないところ以外は必ずやりきらせるように励ます。分からないところは、できるだけ子どもと一緒に考えてやるように心がける。
- 学校からのお便りがこないか声をかけて確認し、親に手渡す習慣をつけさせる。
- 社会科や理科で学習する地域の文化や産業、自然などに触れる体験をさせる。

家庭学習の内容

- 宿題（最後までていねいにする習慣を身に付ける）
- 授業で学習したことの復習
- 興味・関心のあることについて自分でやり方を工夫して学習する。（自学）



国語

- ① 教科書の音読
 - ・ 声の大きさ、速さ、間のとり方に気を付けて読む。
- ② 詩の暗唱
- ③ ことわざや慣用句調べ
 - ・ 調べた慣用句やことわざを使って短文を作ってみる。
- ④ 漢字・ローマ字の練習
 - ・ 書き順と「とめ」「はね」「はらい」に気を付けて、正確に文字が書けるようにする。
 - ・ 身の回りにあるローマ字を読んだり、身の回りにあるものをローマ字で書いたりする。

算数

- ① 計算練習
 - ・ 時間を計ってやる。
- ② 文章問題作り
 - ・ 式を立ててから、それに合った問題を作る。
- ③ 授業の復習
 - ・ 教科書のまとめ（枠で囲まれた部分）を読んだり、ノートに書いたりする。
 - ・ 今日の授業でやった問題やプリントをもう一度やる。

その他

- ① 読んだ本や新聞記事の感想を書く。
- ② 興味のあることや疑問に思ったことを調べる。

読書

- ・ いろいろな種類の本を読む。物語だけでなく科学的な内容の本も読むと良い。国語で学習した物語や説明文の作者の他の作品は親しみを持ちやすい。
- ・ 家の人と一緒に読書をしたり図書館に行ったりすると、読書の習慣がより身に付きやすい。

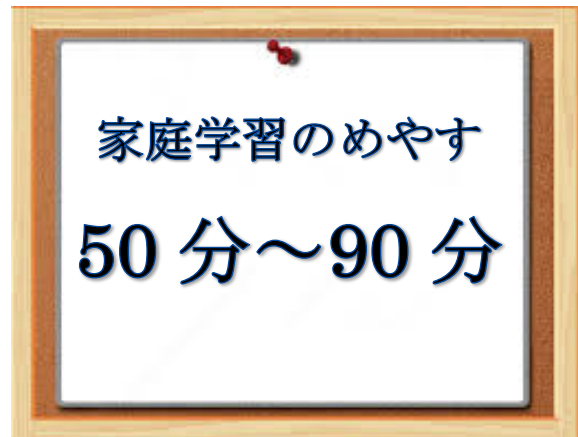
高学年（５・６年生）の家庭学習

☆自学自習の学習習慣を身に付けよう！

高学年（５・６年生）では・・・

生活のリズムの乱れは、学習習慣にも影響を及ぼします。もう一度生活習慣を見直し、計画的に学習を進めることが重要な時期です。

学習に対する意欲や興味・関心を高めるために、先生や家族の言葉かけが大切になります。目標を決めて、努力できるように、あたたかく見守りながら励ましましょう。



学習の特徴

- ★学習の内容が多くなり、抽象的な内容や理論的な思考を伴う学習が増えます。
- ★筋道を立て相手に分かりやすく説明する力や立場や視点を変えて考える力が必要になってきます。
- ★自ら学ぶことのおもしろさや楽しさを経験することで、物の見方や考え方を深めるようになってきます。



家庭の援助の具体例

- 考える力が大人並みになり、自我に目覚め、自分の考えを主張するようになるので、「やればできる」という気持ちをもたせ、子どもの自尊感情を育てるように、認めたり励ましたりする。
- 学習する場所を決め、自分で整理整頓し、計画を立てて学習が進められるように励ます。
- 工業生産や歴史に興味をもつ子どもが増えるので、休日や長期の休みを利用して、工場や博物館の見学に家族で出かける機会をもつように心がける。県立博物館や県立考古学博物館では、様々な体験活動も企画されている。また、教科書に掲載されている史跡や施設を家族で訪れてみるのもよい。
- 市立図書館や県立図書館と一緒に利用する機会をもつよう心がける。
- やり終えた宿題や返却されたテストには目を通し、励ます。

家庭学習の内容

- 宿題（最後までていねいにする習慣を身に付ける）
- 授業で学習したことの復習
- 授業で学習することの予習
- 興味・関心のあることについて自分でやり方を工夫して学習する。（自学）



国語

- ① 教科書の音読
 - ・登場人物の気持ちやまわりの様子が伝わるように、工夫して読む。
- ② 詩や俳句・短歌の暗唱
- ③ ことわざや慣用句調べ
 - ・調べた慣用句やことわざを使って短文を作ってみる。
- ④ 漢字の練習
 - ・国語辞典や漢字辞典を使って調べた反対語や類義語などを練習して、語彙数を増やす。

算数

- ① 計算練習
 - ・特に分数や小数の計算を練習する。
 - ・暗算でできるところは暗算で計算する。
- ② 文章問題作り
 - ・「1当たりの数」「割合」「比」の問題を作る。
- ③ 授業の復習
 - ・言葉の定義や公式、計算の手順等をノートに書く。
 - ・今日の授業でやった問題やプリントをもう一度やる。

その他

- ① 読んだ本や新聞記事の感想を書く。
- ② 興味のあることや疑問に思ったことを調べる。

読書

- ・歴史や古典、伝記、科学、芸術など、読書のジャンルを広げる。
- ・同じ作者の本、同じテーマの本を読み比べる。
- ・子どもと同じ本を読んでお互いの感想を交流し合う。

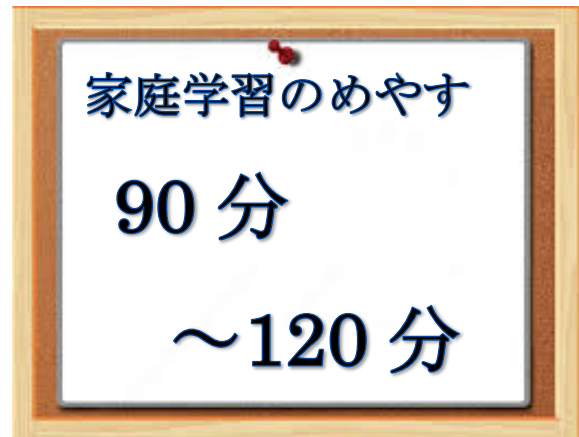
中学校 1・2 年生の家庭学習

☆計画的・継続的な学習習慣を身に付けよう！

中学校 1・2 年生では・・・

「思春期」といわれる時期です。心と体の成長がアンバランスになりがちで、不安や悩みを抱えやすくなります。また、部活動も始まり忙しい毎日を送ることになります。まず、中学校生活のリズムに慣れることが大切になります。

どの教科を、何を使って、何時間学習するのか、具体的な目標を決めて学習に取り組むよう励ましましょう。



学習の特徴

- ★教科ごとに先生が替わる「教科担任制」になります。
- ★小学校に比べると学習内容が多くなります。それにともない進度も速くなります。
- ★小学校に比べ学習内容が一段と難しくなります。そのため授業の予習復習が必要になります。



家庭の援助の具体例

- 家族から自立したいという気持ちが強くなる反面、家族に話を聞いてもらうことで自分の気持ちを落ち着かせる傾向がある時期でもある。子どもの話を、「そうなんだぁ」「大変だね」などと共感的に聞くように心がける。
- 友達と比較し、落ち込んだり無理に合わせようとしたりする傾向が強くなるので、点数や順位でなく日々の努力を認め励ます。
- 子どもが学習している時間は、集中して学習ができる環境づくりに努める。
- 学習と部活動の両立を可能にする健康な心と体を育成するため、「早寝・早起き・朝ごはん」など、規則正しい生活習慣の確立に努める。
- 安易に携帯電話やスマートフォンを買い与えることのないようにする。どうしても必要な場合は、便利な反面教育上大きなリスクがあることを理解した上で、ルールを子どもと一緒に話し合ってから買い与え、しっかりと守らせる。

家庭学習の内容

- 宿題（提出期限を守る習慣を身に付ける）
- 授業の予習復習（学校の時間割に合わせて計画的に）
- 教科書の問題の他に問題集でいろいろな問題をする。
- 英語検定や漢字検定等に挑戦するのもよい。



国語

- ・教科書を音読し、分からない語句や読めない漢字を国語辞典や漢字辞典で調べる。
- ・学習した漢字をノートに何度も書いて、その日のうちに覚える。
- ・小説や新聞記事、社説等を読んで、自分の意見を書く。

社会

- ・教科書や授業で使ったプリントをよく読み、重要な語句をチェックしたりノートにまとめたりする。
- ・テレビや新聞で話題になっている国や地域の歴史を調べたり土地の様子を地図で調べたりする。
- ・気になった新聞記事を国別にスクラップブックに貼る。

数学

- ・授業で解いた教科書の例題や練習問題を、その日のうちにもう一度解きなおす。
- ・教科書の内容を理解できたら、問題集でいろいろな問題をたくさん解く。
- ・分からない問題はそのままにしないで、先生に聞いてできるようにする。

理科

- ・教科書や授業で使ったプリントをよく読み、重要な語句をチェックしたりノートにまとめたりする。
- ・授業で行った実験についてしっかり理解する。「目的と方法」「結果と考察」を関連付けて、「実験のまとめ」をノートに書く。
- ・テレビや新聞で話題になっている科学や自然に関することを調べる。

英語

- ・教科書を暗唱できるくらいまで何度も声を出して読む。
- ・新出語句や基本文の意味を確認しながら何度も書く。
- ・習った文型や文法を使って、日本語を英文に直したり英文を日本語に訳したりする。
- ・基礎英語などの英語番組を視聴する。

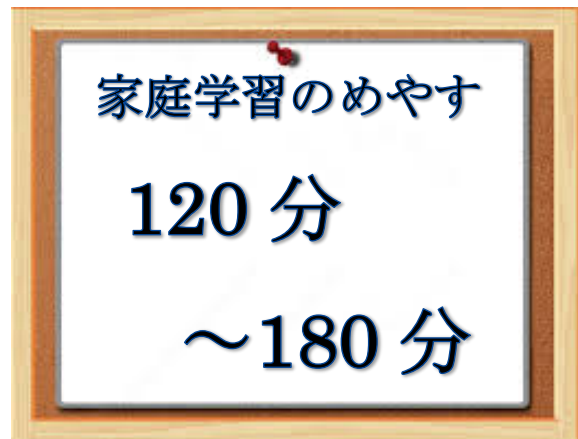
中学校3年生の家庭学習

☆自分の目標を明確に持って学習に取り組もう！

中学校 3 年生では・・・

人生の節目の時期です。進路決定をする時が迫ってくると、思うようにならない自分に苛立ちを覚えることもあります。大人のかける言葉に敏感になり、時には反抗することがあります。将来を見据えた目標をもつことが、本人のやる気につながります。

行事や部活動でも中心的な立場となります。学習との両立のため、生活習慣を再点検し時間の使い方を工夫しましょう。



学習の特徴

- ★高校受験だけを意識すると対策的な学習になりがちですが、まずは基礎・基本を確実に身に付ける総復習が必要となります。
- ★3年生の授業の予習復習とともに、これまで学習した1・2年生の内容の総復習をする必要があります。
- ★定期テストや学力テストに向けた計画的な学習が必要となります。



家庭の援助の具体例

- 「やらなくては」と分かっているが、思うように成果が上がらず精神的に不安定になることもある。子どもの気持ちを受け止め、共感的受容的な態度で話を聞くように心がける。
- 部活動を引退すると生活のリズムが崩れることがある。帰宅してから夕食までの時間を有効に活用するようアドバイスする。テレビなどの視聴は番組を選び、時間を決めるよう働きかける。分担している家事も続けさせる。
- 「おはよう」「いってらっしゃい」「おかえり」の挨拶を、親から進んでする。食事や家族団らんの時間を大切に、楽しい会話を心がける。
- 「早寝・早起き・朝ごはん」を徹底し、疲れを残さず授業を集中して受けることができるよう体調管理に努める。
- 家族で進路についてよく話し合い、本人が納得して進路が決められるよう相談に乗る。必要に応じて学校に相談し適切な進路情報を得るようにする。

家庭学習の内容

- 宿題（提出期限を守る習慣を身に付ける）
- 授業の予習復習（学校の時間割に合わせて計画的に）



- 教科書の問題の他に問題集でいろいろな問題をする。
- 1・2年生の総復習（学力テストに合わせて計画的に）

教科の学習内容や方法については、中学校1・2年生と同じです。中学3年生ならではの、学習の方法のポイントを紹介します。

こんな方法で

◆まず、ノートを見て、その日の学習を振り返る。

- ・詳しく知りたいことや分かりにくかったことは、教科書や参考書で確かめる。
- ・国語の漢字や語句（四字熟語・故事成語等）、英語の単語や文型などを、繰り返し書いて覚える。
- ・数学の計算や文章題は、間違えた問題を解き直したり似た問題を問題集で解いたりする。
- ・社会や理科は、大切なことを分かりやすくまとめる。地図や図も有効に活用する。

◆得意な教科は、問題集などで発展的な問題に挑戦する。

◆苦手な教科は、教科書を使って分かるところまでさかのぼって復習する。

- ・分からないところは、どんどん先生に質問して教えてもらう。
- ・先生に相談して、苦手な教科の勉強の仕方を教えてもらう。

◆テスト日を目安にして、スケジュール管理をする。

- ・定期テストや教科の小テストなど、いつ・何があるのかをカレンダーに書き込んでおく。
- ・テスト範囲とテスト日までの日数を数えて、その日に何を学習するのも書き込む。
- ・スケジュールをもとに計画的に学習に取り組めたら、カレンダーにチェックを入れる。

確かな学力を育てる当たり前

児童・生徒、教職員、保護者が、それぞれの果たすべき当たり前を

しっかり行うことで、確かな学力が育っていくことと思います。

■ 学びの当たり前（児童・生徒）

- ①話している人の顔を見て最後まで聞く。
※どんな意見も笑わない。自分と同じところ、違うところ、分からないところを見つけながら聞く。
- ②相手に分かるように話す。
- ③次の時間の準備をしてから休み時間にする。
※机の上に、教科書・ノート・筆箱を出す。
- ④指名されたら「はい」と言って立つ。
- ⑤ノートの字も言葉づかいもていねいに。

■ 教えの当たり前（教職員）

- ①時間通りに授業を始め、終わる。
- ②本時のねらいをはっきり示す。
- ③ていねいで分かりやすい板書をする。
- ④子どもの発言を最後まで聞く。
- ⑤自力解決・学び合い・振り返りの時間を保障する。

■ 育ての当たり前（保護者）

- ①「早寝・早起き・朝ごはん」の習慣化を図る。
- ②意欲や集中力を高める学習環境を整える。
※ともに読書に親しむ、子どもが学習している近くではテレビを消す等。
- ③テストの点数だけでなく子どもの努力や進歩を認め励ます。
- ④テレビやスマホ等の利用についてのルールを決める。
- ⑤家族団らんの時間を確保し、学校の話や将来の進路や生き方について話したりする。