

家庭学習のすすめ



子どもたちが学校で学習したことをしっかり身につけ、自ら学ぶ習慣を身につけるために、ご家庭でのご理解、ご協力をお願いいたします。

家庭学習3つのポイント

- 1 家で勉強する時刻を決めておきましょう。
 - 毎日なるべく同じ時刻に始めましょう。それを続け、習慣になると勉強することが楽になります。
- 2 最初に、「宿題」をしましょう。
 - まず、宿題を片付けて、すっきりしましょう。次は、自主学習です。
- 3 自主学習をしましょう。
 - (1) 復習…その日のうちにやりましょう。
 - まず、今日学習した内容を、教科書、ノートで振り返ってみましょう。
 - (2) 予習…挑戦してみましょう。
 - 次に習うところの教科書を読むだけでも、かなり効果があります。
 - (3) 読書等
 - 興味のある本を読んだり、学習に取り組んだりしましょう。



(埼玉県教育局のHPより)

お家の人へ

- 1 決まった時刻に学習する習慣をつけましょう。
(帰ってからいつ始めるか、始める時刻をお子さんと相談して決めて取り組ませましょう。)
- 2 計画表を作って取り組んでみましょう。
(家に帰ってすぐにとっても、他の用事がある。また、曜日によっては習い事がある。というお子さんも多いと思います。自分の都合に合わせて生活の計画を立てましょう。)
- 3 目標を決めて取り組ませましょう。(漢字を○字覚える。ワークを○ページする。等)
(目標を決めるとやる気が出ます。目標を達成すると満足感が得られ、次のやる気につながります。始めから無理な目標は立てず、だんだんレベルアップをしていきましょう。)
- 4 落ち付ける場所(環境)を整えてあげましょう。
(学習に取り組む前に、身の回りの整頓をし、近くに気が散ってしまうようなものがあったら片付けましょう。マンガやおもちゃ、ゲーム等)

学習目標や計画表は見えるところに貼っておくといいですね。

みんな わくわく のびのび えがおで

吉川市立三輪野江小学校



家庭学習5つの効果

家庭学習はなぜ必要なのでしょう？それは、家庭学習には次のような5つの教育的効果が期待できるからです。



1 習ったことを忘れません。

学校で学習したことを家庭で復習することにより、習熟・定着を図ることができます。特に漢字や計算などは、学校だけの学習ではすぐに忘れてなかなか習熟・定着ができません。学校で習ったことを、家庭でも毎日繰り返し練習することが何よりも大切です。

2 脳が発達します。

読み、書き、計算などの反復練習を続けることにより脳が活性化する、と言われてい
ます。最近では、脳の老化を防ぐために、子どもだけでなく大人でも声を出して読んだり、
計算問題をしたりすることがちょっとしたブームにさえなっています。脳は筋肉と同じで、鍛えれば鍛えるほど発達する、とも言われます。小学生のうちからどしどし脳を鍛えさせましょう。



3 学ぶ習慣と喜びが身に付きます。

毎日欠かさず家庭学習を続けることにより、自ら進んで学ぶ楽しさや喜びを身につけるようになります。毎日続けることにより、勉強することが面倒ではなく、やがて、ごくあたりまえの基本的生活習慣になります。したがって、低学年のうちから毎日欠かさず（1日も休まず）家庭学習をすることが大切です。

4 テレビに負けない子になります。

家庭学習の最大の敵は、テレビやゲームです。テレビやゲームに毎日2時間以上も時間を費やしている子は、一般的に読書が苦手で、勉強が嫌いです。当然、学力は伸びません。また、人をバカにしたり、暴力をふるったり、弱い者をいじめたり、人を殺したりする映像等は、子どもたちの正邪善悪についての価値判断を狂わせてしまいます。テレビなどの誘惑に打ち勝つことにより、我慢強さ、根気、集中力も養うことができます。

テレビやゲームに打ち勝つためには、本人はもとより家族みんなの協力が不可欠であることは言うまでもありません。「ノーテレビ・ノーゲームデー」を設けて、家族全員で積極的に取り組みましょう。

5 家族のふれあいができます。

子どもが本を読んでいる時そばで聞いてあげる。子どもが勉強が分からないとき教えたり調べたりしてあげる、など家庭学習をしている子どもに親が関わることにより、家族のふれあい（コミュニケーション）ができます。低学年の子どもには親が本を読んであげたり、一緒に読書をしたりする（親子読書）のもいいことです。

家族のふれあいの機会が増えることにより、子どもが心身ともに健康に育ち、自信とやる気を深め、さらには学力も伸びていきます。

規律ある態度が学力を伸ばす

規範意識・基本的な生活習慣や学習習慣・けじめある主体的な態度、これらがしっかり身につけている子どもは、学ぶ意欲や学習規律が確立しており、学力が伸びていきます。埼玉県では、「教育に関する3つの達成目標」の「規律ある態度」達成目標として、「けじめ」「礼儀」「きまり」の3つについて次のような内容を取り上げて取組を進めています。

○けじめのある生活ができる。

- 1 時刻を守る。
- 2 身の回りの整理整頓をする。

○礼儀正しく人と接することができる。

- 3 進んであいさつや返事をする。
- 4 ていねいな言葉づかいを身につける。

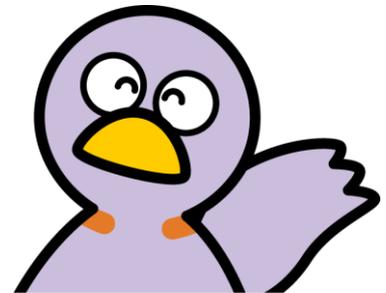
○約束やきまりを守ることができる。

- 5 学習のきまりを守る。
- 6 生活のきまりを守る。

これらの内容が身につくことで

- *自立心が育ちます。
- *物を大切にする心が育ちます。
- *明るい心、感謝する心が育ちます。
- *思いやりの心が育ちます。
- *学習意欲が育ちます。
- *公共心、公德心が育ちます。

そして、規律ある態度を身につけ、生活のリズムをしっかり整えることが学力向上につながります。



規律ある態度と規則正しい生活習慣こそ学習する土台となるのです。

「けじめ・礼儀・きまり」を徹底し、「早寝、早起き、朝ごはん」をしっかりさせましょう。



家庭学習のすすめ（1，2年）

☆なん時にべんきょうするか、おうちの人ときめましょう。

できれば、まい日おなじ時かんにべんきょうしましょう。

☆もくひょう時かんは、まい日（ $10 \times \text{学年} + 10$ ）ふんいじょうです。

1 やくそく

べんきょうをはじめるまえに

- *学校からのお手がみは、その日のうちにおうちの人にわたしましょう。
- *つくえの上をかたづけましょう。
- *べんきょうするときは、テレビをけしましょう。



べんきょうのしかた

- *正しいしせいで、しゅうちゅうして学しゅうしましょう。
- *字をていねいにかきましょう。せんをひくときは、じょうぎをつかきましょう。
- *本よみは大きなこえで、ゆっくりはっきりよみましょう。
- *もんだいはこえを出しよみ、じぶんでかんがえましょう。



べんきょうがおわったら

- *おわったらもう一どみなおしましょう。おうちの人にみてもらいましょう。
- *えんぴつをけずり、つぎの日のよういをしましょう。



2 こんな学習をしよう

◎ おんどく

- こえにだして、すらすらよめるようにしましょう。
- 「。」（かいわぶん）に気をつけて、よんでみましょう。

◎ かくこと

- ひらがな・かたかな・かん字を、正しいかきじゅん・かたち・（おくりがな）でかけるように、ていねいにれんしゅうしましょう。
- こくごのきょうかしょのぶんを、正しくはやくかきうつせるようにれんしゅうしましょう。
- まちがいは、けしごむできれいにけしましょう。

◎ さんすう

- かずのよみかた・かきかたをれんしゅうしましょう。
- たしざん・ひきざんのれんしゅうをしましょう。
- <かけざんをべんきょうしたら>九九をすらすらいえるようにれんしゅうしましょう。

◎ どくしょ

- おはなしのじゅんばんに、きをつけてよみましょう。
- おはなしにでてくるひとのきもちをかんがえながら、よみましょう。

◎ そのほか

- たのしかったことやうれしかったことを、じぶんのことばで、えやにつきにかいてみましょう。
- せいかつかのがくしゅうに かんれんして、おうちでのしごとにチャレンジしましょう。
- なわとびや てつぼうなど、たいりょくづくりにチャレンジしましょう。
- けんぱんハーモニカのれんしゅうをしたり、どうしよくぶつのかんさつをしたりしてみましょう。

家庭学習のすすめ（3，4年）

- ☆何時に勉強するか，家の人と決めましょう。
- できれば，毎日同じ時間に勉強しましょう。
- ☆目標時間は，毎日（10×学年+10）分以上です。

1 やくそく

勉強を始めるまえに

- *学校からのお手紙は，その日のうちにおうちの人にわたしましょう。
- *つくえの上をかたづけましょう。
- *勉強するときは，テレビを消しましょう。



勉強のしかた

- *正しい姿勢で，集中して学習しましょう。
- *字をていねいに書きましょう。線を引くときは，じょうぎを使いましょう。
- *本読みは大きな声で，ゆっくりはっきり読みましょう。
- *問題は声を出し読み，自分で考えましょう。



勉強が終わったら

- *終わったらもう一度見直しましょう。おうちの人に見てもらいましょう。
- *えんぴつをけずり，次の日の用意をしましょう。



2 こんな学習をしよう

◎ 音読

- 声に出して，すらすら読めるようにしましょう。
- 文章を正確に読むことができるようにしましょう。
- 主人公の気持ちやしょうがいをそうぞうして読みましょう。

◎ 書くこと

- 正しい書き順で，正確に文字が書けるようにしましょう。
- とめ，はね，はらいに気をつけてていねいにくりかえし練習しましょう。
- 国語の教科書の文章を，正しくはやく書き写せるように練習しましょう。

◎ 言葉

- 国語辞典や漢字辞典を手元に置き，使い方になれるようにしましょう。

◎ 算数

- 教科書やドリルを使って，習ったことをくり返し練習しましょう。
- かけ算やわり算が，正しくはやくできるように練習しましょう。
- 三角定規や分度器，コンパスなどが正確に操作できるように繰り返し練習しましょう。

◎ 自主学习 自分で学習することを決め，計画的に進めましょう。

<例>・国語・・・語句の意味調べ・熟語集め・短文づくり

- ・算数・・・問題づくり・単位を書いて覚える
- ・自分に合った問題集をやり，答え合わせをし，まちがいを赤で直す。
- ・社会や理科で勉強する地域社会の文化や産業，自然にふれる体験をしましょう。

◎ 読書

- 場面の移り変わりに気をつけて，登場人物の気持ちの変化を考えながら読みましょう。

家庭学習のすすめ（5，6年）

- ☆何時に勉強するか，家の人と決めましょう。
- できれば，毎日同じ時間に勉強しましょう。
- ☆目標時間は，毎日（ $10 \times \text{学年} + 10$ ）分以上です。

1 やくそく

勉強を始めるまえに

- *学校からのお手紙は，その日のうちにおうちの人にわたしましょう。
- *つくえの上をかたづけましょう。
- *勉強するときは，テレビを消しましょう。



勉強のしかた

- *正しい姿勢で，集中して学習しましょう。
- *字をていねいに書きましょう。線を引くときは，じょうぎを使いましょう。
- *本読みは大きな声で，ゆっくりはっきり読みましょう。
- *問題は声を出し読み，自分で考えましょう。



勉強が終わったら

- *終わったらもう一度見直しましょう。おうちの人に見てもらいましょう。
- *えんぴつをけずり，次の日の用意をしましょう。



2 こんな学習をしよう

◎ 音読

- 毎日音読する習慣を身につけましょう。
- 情景を思い浮かべながら感情をこめて読むなど，自分のめあてを決めて練習しましょう。
- 詩や俳句などを暗唱したり，朗読したりしましょう。

◎ 書くこと

- 正しい書き順で，正確に文字が書けるようにしましょう。
- とめ，はね，はらいに気をつけてていねいにくりかえし練習しましょう。

◎ 算数

- 教科書やドリルを使って，習ったことをくり返し練習しましょう。（間違えた問題を大切にしましょう。印をつけておきましょう。）
- わからない問題は，教科書やノートを見て考えましょう。

◎ 理科や社会

- テレビや新聞などで話題になる自然や科学に関することに関心をもちましょう。
- 地図帳をそばにおいて，地名や位置を確認しましょう。
- 教科書に出てくる資料や絵，グラフに目を通しておきましょう。

◎ 自主学習 自分で学習することを決め，計画的に進めましょう。

- <例>・国語…語句の意味調べ・熟語集め・短文づくり
- ・算数…問題づくり・単位を書いて覚える
 - ・社会…資料・新聞記事のまとめ・地図記号・都道府県の名前と位置・地形・世界のおもな国の名前と位置日本の歴史の年号と出来事，人物
 - ・理科…観察や実験のまとめ・実験器具のあつかい方等
 - ・自分に合った問題集をやり，答え合わせをし，まちがいを赤で直す。

◎ 読書

- 読書を通して考えを広めたり深めたりしましょう。

家庭学習チェックシート（1学期・2学期用）

年 組 名前

お子さんの家庭学習について、ご家庭でどのように取り組んでいらっしゃるか、下記のチェックシートでご確認ください。

	チェック項目	いつも している	だいたい している	あまり していない	して いない
1	子どもの連絡帳や学校からの配付物を、その日のうちに確認している。				
2	身の回りの整理整頓について、声かけや見届けをしている。				
3	子どもが勉強をしているときは、テレビを消している。				
4	子どもの音読を聞いてあげたり、音読カードの確認をしたりしている。				
5	子どもが字を書くときの姿勢や字の書き方について、声かけや見届けをしている。				
6	子どもが正しく計算しているか、声をかけたり確かめたりしている。				
7	子どもの自主学習について、相談にのったり、見届けをしたりしている。				
8	子どもが読書をするように声かけをしたり、一緒に読書をしたりしている。				
9	終わった宿題の確認をしている。				
10	翌日の学習用具の準備の確認をしている。				

お子さんが毎日の家庭学習に進んで取り組めるように、声をかけ、目をかけてくださるようにご協力をお願いします。

1週間の学習日記

11月に実施予定

年 組 名前 _____

日付	曜日	教科	内容(予定)	時間(分)	自己評価・メモ
	月			分	
				分	
				分	
				分	
			合計時間(分)	分	
	火			分	
				分	
				分	
				分	
			合計時間(分)	分	
	水			分	
				分	
				分	
				分	
			合計時間(分)	分	
	木			分	
				分	
				分	
				分	
			合計時間(分)	分	
	金			分	
				分	
				分	
				分	
			合計時間(分)	分	
			週間合計時間(分)	分	



かていがくしゅう 家庭学習のすすめ

資料 1

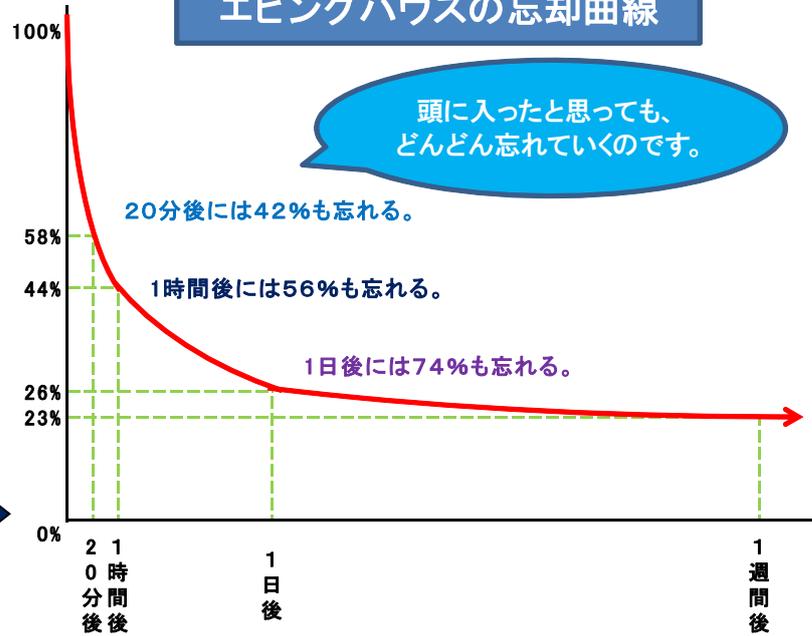
ふくしゅう がっこう まなんだ
復習すると、学校で学んだ
ことが、自分の力になります。

ふくしゅう
復習しよう！

ふくしゅう わす
○復習しないと、すぐ忘れちゃいます！



エビングハウスの忘却曲線



よしゅう じゅぎょう
予習をすると、授業が
たの
楽しくなります。

よしゅう
予習をしよう！

ぎもん あす
○疑問をもって、明日の
じゅぎょう
授業にのぞもう！

かていがくしゅう つづける しゅうちゅう
家庭学習を続けると、集中して
がくしゅう
学習できるようになります。

けいかくひょう つく
計画表を作ろう！

べんきょうじかん き
○勉強時間を決める。
せいかつ ととの
○生活リズムを整える。
もくひょう どりよく
○目標をもって努力する。



きょう の こ
今日からやってみよう！ そして、まず3日乗り越えよう！

ちから がくりよく
めきめき力がついてきます！ 学力アップ！！

かていがくしゅう 家庭学習のすすめ



資料2

けいかくてき かていがくしゅう すす
計画的に家庭学習を進めよう！

たいせつ
大切なこと



けいかくひょう つく
計画表を作ろう！

- べんきょうじかん き いえ かえ はや
勉強時間を決めよう。(家に帰ったら、なるべく早くとりかかる。)
- せいかつ ととの はやね はやおき あさ
生活リズムを整えよう。(早寝、早起き、朝ごはん)
- もくひょう どりよく じぶん
目標をもって努力しよう。(がんばったら、自分にごほうびを！)

かていがくしゅうじかん
家庭学習時間のめやす

小学校

1年生 10分 2年生 20分
3年生 30分 4年生 40分

中学校

1年生 1時間30分
2年生 2時間



けいかくひょう つく
計画表を作ろう！

生活スケジュール表									
年 組 番 氏名()									
目標									
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日		日曜日	
午後3時						7:00	4:00	7:00	4:00
午後4時						8:00	5:00	8:00	5:00
午後5時						9:00	6:00	9:00	6:00
午後6時						10:00	7:00	10:00	7:00
午後7時						11:00	8:00	11:00	8:00
午後8時						12:00	9:00	12:00	9:00
午後9時						1:00	10:00	1:00	10:00
午後10時						2:00	11:00	2:00	11:00
午後11時						3:00	12:00	3:00	12:00
午前0時									
★励ましの言葉					1週間の学習時間				
					時間 分				



生活スケジュール表（記入例）

年 組 番 氏名()

資料3

目標 毎日2時間自主勉強をする。(塾がある日は、1時間)
自分に負けない!



午後3時	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日		日曜日	
	帰宅						7:00 起床・朝食	4:00	7:00 起床・朝食
午後4時	勉強	部活	部活	部活	部活	8:00	5:00	8:00	5:00
午後5時	勉強	部活	部活	部活	部活	9:00	6:00	9:00	6:00
午後6時	夕食	帰宅 夕食	帰宅 夕食	帰宅 夕食	帰宅 夕食	10:00 部活	7:00 夕食	10:00 勉強	7:00 夕食
午後7時	勉強	塾	勉強	塾	勉強	11:00 部活	8:00 読書	11:00 勉強	8:00 読書
午後8時	リラックス タイム	塾	勉強	塾	勉強	12:00 昼食	9:00 テレビ	12:00 昼食	9:00 テレビ
午後9時	テレビ	勉強	テレビ	勉強	テレビ	1:00 勉強	10:00	1:00	10:00
午後10時	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	2:00 勉強	11:00 就寝	2:00	11:00 就寝
午後11時	読書 就寝	読書 就寝	読書 就寝	読書 就寝	読書 就寝	3:00 勉強	12:00	3:00	12:00
午前0時									



★励ましの言葉

1週間の学習時間

15 時間 分



1週間の学習日記



日付	曜日	教科	内容(予定)	時間	自己評価・メモ
月曜日					
			合計時間		
火曜日					
			合計時間		
水曜日					
			合計時間		
木曜日					
			合計時間		
金曜日					
			合計時間		
土曜日					
			合計時間		
日曜日					
			合計時間		
				週間合計時間	

いっしゅうかん がくしゅうひょう

1週間の学習表

()がっ なまえ()

もくひょう

ようび	がくしゅうないよう	バッチリ	まあまあ	もうすこし
月				
火				
水				
木				
金				
土				
日				

コバトンにいろをぬろう!

1週間の反省

資料1～3は、埼玉県教育局東部教育事務所のHPに掲載されています。

<http://www.pref.saitama.lg.jp/g2204/kateigakusyuwoshiyou.html>