

か て い が く し ゅ う て び

家庭学習の手引き



境港市教育委員会
学習習慣定着部会

はじめに～家庭学習で「学ぶ力」を育てましょう～

小・中学校での学習は、子どもたちが将来社会人として自立するための基礎となる「学ぶ力」を育てます。学校は、基礎学力を高めるための努力をしていますが、家庭との協力によって、その成果を何倍にも高めることができます。

「学ぶ力」とは、「もっと調べてみたい」「もし…だと、どうなるのだろう」「なぜ…なのだろう」などと、自分で意欲や疑問をもちながら、知識を生かし、見通しをもって考える力のことを言います。家庭学習を毎日続けることで、しっかりとした考え方や集中力だけでなく、学習習慣が身につく、困難なことに出合ってもくじけずに積極的にチャレンジしようとする力が備わります。家庭学習の定着は、子どもの主体性や自律性を伸ばし、目標をもって人生を心豊かに生きる力となって、将来への大きな財産となるのです。

家庭学習充実のために、この冊子を保存し十分に活用して欲しいと思います。

家庭を「学び」の環境に

すすんで学ぼうとする力は、子どもが一番安心できる家庭で、安定した生活リズムの中で、毎日学習を積み重ねることで育ちます。また、子どもは、家族に認められ励まされることで、「がんばってよかった」という充足感や「見守られている」という安心感の中で、自分らしさや努力することに自信をもつようになります。

学校と家庭とが協力し合って、子どもの「学ぶ力」を大きく育てていきましょう。

すすんで学ぶ力

☆ 生活リズムを整え、
決まった場所と時間で、
学習に集中できる環境を

☆ がんばりを認め、励まし
対話のある
温かいふれあいを

家庭が心がけること

☆ 基礎学力をつけ、
学び方を教え、
主体性を育てる
学習指導を

☆ 子どものよさを生かした
家庭学習の提案を

学校が心がけること

- * 家庭(保護者)と学校(教師)とが、家庭学習の習慣化を目指して協力し合うことが、子どもの心を耕し、「学ぶ力」を育てます。
- * 子どもの家庭学習が充実するよう、学びの環境を整え、家族の温かいふれあいを増やしていきましょう。

家庭学習って なあに？

家庭学習では、宿題だけでなく自主学習もします。

◎宿題…必ずしなければならない課題です。主に「読む」「書く」「計算する」などの基礎学力を身に付けることをめざします。

◎自主学習…自分で課題を見つけ、追求する力が育ちます。思考力や表現力など、社会人として必要な力が身につきます。

〈例〉 国語…漢字、意味調べ、視写、日記、音読・読み聞かせ、テストでまちがえた漢字を書いて覚える。

算数…計算練習、問題作り、実際に測って調べる、テストでまちがえた問題をもう一度ノートに写して解いてみる。

社会・理科・総合…勉強したところに関係あることから本や参考書、地図帳などで調べる。大事なことをノートにまとめる。

家庭・体育・図工…学習したことを家庭でもためしてみる。

英語…アルファベットや単語、基本文型を声に出しながら書く。音読、基本文型を使って英語の作文、会話

※ その他、市販のドリルや問題集、テレビの教育番組や英語番組の視聴などに取り組んでみるのもいいでしょう。



家庭学習で身につくかって？

基礎学力が確実に身につくだけでなく、自分で学習時間を作り出そうとする態度が「考える力」や「表現する力」だけでなく、見えない学力（「意欲」「自分をコントロールする力」「生活リズムを整える力」「自己決定力」「集中力」「課題発見力」「課題解決力」「豊かな自尊感情」）となって、自分自身を高めます。これらの力は、毎日こつこつと努力する繰り返しの途中で身につけていきます。社会人として必要な力でもあります。

家庭学習で困ったら？

この手引きに、発達段階に合わせた参考例をのせています。取り組んだら、結果や考えをまとめるなどして家族や学校の先生に見てもらいましょう。相談するときにも役立ちます。

まず、できることから取りかかってみましょう。

～家庭学習3つのポイント～

- ① テレビを消して、学習に集中する。
- ② きれいな机の上でする。
- ③ よい姿勢でする。

小学校1・2年生

めあて:基本的な学習習慣を身につける。

家庭学習の
ポイント



学習時間のめやす

15 ~ 30分

(15分×学年)

ポイント

その①

基本的な生活の習慣を身につける！

「早寝、早起き」「しっかり朝食をとる」「朝の排便」「正しい姿勢で座る」「鉛筆を正しく持つ」「机の上を整頓する」「テレビやゲームの時間を守る」などの基本的な生活習慣を身につけることが、これからの学習の土台となります。

ポイント

その②

愛情のこもったコミュニケーションを！

小学校1・2年生の家庭学習には、家族の手助けが欠かせません。その際、「やったね！」「よくできたね！」などのほめ言葉がすばらしい意欲をうみだします。学習習慣定着のためには、愛情あるコミュニケーションで、ねばり強く働きかけていくことが大切です。

ポイント

その③

家庭に学びの環境を！

大人が、お手本となるような「学ぶ」姿勢を見せましょう。家族ぐるみでよりよい学習環境づくりに努めることが大切です。例えば、子どもにあった本を周りにおく、読み聞かせをする、などは効果的です。

家庭学習の内容や方法

宿題

- ☆最後までやり終えることが大切です。
- ☆こまった時は、家族に相談してみましょう。

自学

- ☆好きな本をたくさん読みましょう。
- ☆楽しかったこと、うれしかったことを日記に書きましょう。

国語

- 楽しみながら大きな声で音読できるようにしましょう。
- 「、」や「。」に気をつけて、すらすら読めるように練習しましょう。
- 書き順や文字の形に気をつけて書きましょう。
- 正しい姿勢でていねいに書きましょう。
- できごとを文で書けるようにしましょう。

算数

- たしざんやひきざんが正しくできるようにしましょう。
- 2年生は、九九がすらすらできるようにしましょう。
- まちがった問題は、もう一度やり直しましょう。

チャレンジアップ～できたらすごい！～

- 本を読む。
- ひらがな、カタカナ、漢字を練習する。
- 教科書を写す。
- 作文を書く。
- 日記を書く。
- 詩を書いたり覚えたりする。
- ドリルなどをする。
- 問題をとく。
- 問題を作る。
- 定規を使う練習をする。
- 生き物を観察する。
- 辞典や図鑑で調べる。

小学校3・4年生

めあて:自ら学習に向かう習慣を身につける

家庭学習の
ポイント



学習時間のめやす

45～60分

(15分×学年)

ポイント

その①

自分でできることは自分で！

小学校3, 4年生は好奇心が旺盛となり、自立心も芽生えてくることから、自分でやろうとすることが多くなります。自分でできることは自分でさせるようにしていくことが大切です。だからといって、任せっきりにするのではなく、特につまずきや苦手なことについては、家族の温かい励ましやアドバイスが、やる気をおこさせるうえでとても重要です。

ポイント

その②

規則正しい生活の再確認と見直しを！

時間を意識させ、けじめをつけさせることは、自律心や学習への集中力を高めることにつながっていきます。特に、テレビやゲームなどの時間を、家族で話し合いながら決めて、自分で守るようにさせていくことが大切です。

ポイント

その③

意欲を引き出す言葉かけを！

学習範囲が広がることで、学習の個人差も出てきます。そのような時には、友だちや兄弟・姉妹と比べたりするのではなく、子どもの「やる気」を見のがさないようにして、ほめたり励ましたりすることで意欲を引き出していくことが重要となります。

家庭学習の内容や方法

宿題

漢字や計算などは、必ず毎日ていねいにしましょう。

自学

資料集や地図帳、辞典などをつかった調べ学習にも挑戦してみよう。

国語

【音読】（声を出して読みましょう）

- 今勉強しているところを何回読むか自分で決めて、声を出して読みましょう。（・漢字を正しく・気持ちをこめて・聞いている人に意味が分かるように）

【漢字の練習】

- 新しく習った漢字や覚えていない漢字を練習しましょう。
- 漢字のへんやつくり、筆順ひつじゆんに気をつけて練習しましょう。

【読む】

- 好きな本や他の教科書も読んでみましょう。

【日記】

- 一日の中で楽しかったことや心に残ったことを日記に書いてみましょう。

【意味調べ】

- 国語辞典こごごを使って、意味の分からない言葉を調べましょう。調べたらノートに意味を書いておきましょう。



算数

【教科書やドリルの問題】

- その日に勉強したところの問題をといたら丸付けをしましょう。
- 教科書やドリルの問題をくり返ししましょう。まちがえたら、「どうしてまちがえたのか」を考えて、まちがえなくなるまでやり直しましょう。

【プリントやテストの問題】

- 今までに勉強したプリントやテストの問題を、もう一度といてみましょう。
- まちがえた問題は、何度もくり返し復習しましょう。

その他の教科

【社会・理科】

- その日に勉強したところや、今度勉強するところを読んでみましょう。
- 勉強に関係のあることや「おもしろそうだな」と思ったことを図鑑ずかんや事典・インターネットなどで調べてみましょう。
- 社会科で勉強する地域ちいき社会の文化や産業さんぎやうについて調べたり、理科で学習する自然しぜんにふれる体験たいけんをしたりするのでもいいでしょう

【その他】

- 家にある問題集をするのもいいですね。
- 音楽のレコーダーでならった曲を練習しましょう。

小学校5・6年生

めあて：予定をたて、自力で学習を進める

家庭学習の
ポイント



学習時間のめやす

75 ~ 90 分

(15分×学年)

ポイント

その①

予定を立て、計画的な学習を！ ~勉強時間を決めて~

学校での役割、また、スポ少等の練習や水泳・陸上の練習があり、放課後が慌しくなります。

充実した日々を過ごすため、その日の予定を立て、見通しを持って学習しましょう。必ず、学習する時間帯を決めましょう。

ポイント

その②

今一度、基本的な生活習慣の見直しを！

~生活にリズムを~

生活のリズムは、決まったことを決まった時刻にすることから身につきます。「起きる時刻」「食事の時刻」「寝る時刻」などを決めて生活しましょう。テレビやゲーム、コンピューターなどの時間がダラダラと長くなりすぎているかも再確認しましょう。

ポイント

その③

目標に向かって努力することの大切さを！

将来の夢や希望、勉強する目的や学校での様子、失敗談などを家庭で話し合い、目標を持って努力することの大切さについて考えてみましょう。自分がどれだけがんばったのかが大切な点です。

伝記(偉人伝)などを読んで、人の生き方に関心を持つのもいいです。

家庭学習の内容や方法

宿題

「読む」「書く」「計算」といった基礎学力を身に付けるために、くり返しの練習が大切です。

自学

自分で課題を見つけて、追求する学習にも挑戦してみましょう。

国語

- 朝読み、夕読み・・・教科書を音読し、音読カードにサインをしましょう。
- 詩や俳句、短歌などを暗唱したり、朗読したりしましょう。
- 漢字の構成や字形を意識して練習しましょう。それが終わったら、その漢字を使って短文作りをしてみましょう。
- 視写はとっても大切です。教科書や新聞の記事など、字数を決めて視写に挑戦してみましょう。
- いろいろなジャンルの本を読んでみましょう。(読書の習慣をつけましょう)

算数

- 計算プリント、計算ドリルを使って、くり返し練習しましょう。
- 自分で答え合わせをし、間違った問題はもう一度チャレンジしてみましょう。

その他の教科

- 社会や理科など、どんどん自分から調べ学習をしていき、知識を身につけましょう。
- 国語辞典をはじめ、いろいろな辞典(事典)をどんどん活用しましょう。
- 演奏できる楽器が一つでもあると生活がゆたかになります。
- 家庭科で学習したことを、家庭生活の中で実践してみましょう。また、家事の分担を考え、できることを役立てましょう。

中学校1・2年生

めあて: 計画的・継続的な学びを進める

家庭学習の ポイント



学習時間のめやす

105 ~ 120分

(90分 + 15分 × 学年)

ポイント

その①

予習・復習の習慣を身につける！

小学校に比べると、中学校の授業内容や授業進度は、かなり負担を感じる生徒が多くなります。あらかじめ自分で調べたり、考えたりして授業に臨む(予習)ことや、その日のうちに教科書・ノート・プリント・ワークなどをつかって学習のポイントを整理する(復習)ことによって、授業の理解度や定着が大きく違ってきます。

ポイント

その②

学校・先生のプリントを有効活用する！

学校で配られるプリントには、学習のポイントが整理されています。バラバラにならないように、きちんと整理して、活用することが大事です。毎日の予習・復習にはもちろん、テスト勉強の際にも見なおしたりして有効に活用しましょう。

ポイント

その③

問題を解いた後がもっとも大事です！

問題を解いた後がもっとも大事です。分からない時は、分かるところまで戻って解くことも大切ですし、間違ったところは必ず見直しをし、問題に印を付けておきましょう。印を付けた問題を先生や友達に相談してもいいですし、テスト前は印がついた問題を重点的に確認しましょう。

家庭学習の内容や方法

国語

- (読む)教科書にある詩などの、短い文章を声に出し何回も読む。本にも親しみましょう。
- (書く)教科書に載っている新出漢字を10個ずつ書きましょう。
日記や手紙を書くこともおすすめです。意識して背筋を伸ばして書きましょう。

社会

- (予習)・教科書を読み(次の時間に学習する範囲)、太字、むずかしい語句や、わからない語句をチェックしましょう。
- (復習)・教科書とノートを見比べて、学習した内容を振り返りましょう。
 - ・学習した範囲のワーク整理をしましょう。
 - ・小テスト等に向けた重要語句の確認をしましょう。

数学

- ・授業中に解いた問題を家庭学習用ノートに書き出して、もう一度解いてみましょう。
- ・テスト前は、ワークの問題を少なくとも2回は解いてみましょう。
- ・正解しなかった問題には印を付けておき、繰り返しチャレンジしてみましょう。
- ・テスト前は、この印のついている問題を中心に復習しましょう。

理科

- ・学校で勉強した内容について、その日のうちにきちんと復習しておきましょう。
- ・ワークには基本的な問題がたくさんついているので、1度だけでなく、何度も繰り返して問題を解き、頭にしっかり入れておきましょう。
- ・まとめの単元プリントを何度も行い、その単元が理解できているかを確認しておきましょう。

英語

- ・英語の勉強で一番大切なのが「復習」です。授業があったその日に、必ず5分でもいいのでするようにしましょう。(たとえば授業中にとったノートの見直しなど)
- ・宿題や授業中「×」だった問題の直しをしましょう。
- ・授業でやった本文の音読(できるだけ大きな声で読む)をしましょう。
- ・習った単語の練習をしましょう。
- ・教科書の文章を暗記するまで何回も読みましょう。

中学校3年生

めあて:進路に向けて目標を明確にして取り組む

家庭学習の ポイント



学習時間のめやす

135 ~ 150 分

(90分 + 15分 × 学年)

ポイント

その ①

進路の目標を具体的に決めて、計画を立てる。

進路の目標がはっきりしないと具体的な計画は立てられません。目標は早く決めて、目標に向けて何が不足しているのか、何が必要なのか、現在の自分の力をよく考え、努力すべき点を明確にすることが大切です。そのためにも、家族でしっかりと話し合しましょう。

ポイント

その ②

生活リズムを整え、上手な時間の使い方を工夫する。

睡眠不足では疲れが取れず、集中力も続きません。また、朝食を抜くとエネルギー不足となり、脳の活動が悪くなります。自分の力を最大限に伸ばすために生活リズムを整え、家庭学習の時間やテレビ等の視聴時間など、上手な時間の使い方を工夫しましょう。

ポイント

その ③

3年生の学習内容と1・2年生の復習を両立させる。

部活動引退前、部活動引退後、長期休業中など、時期によって時間の使い方をくふうする。(例えば、引退前は、平日は3年の予習復習、休日は1・2年生の復習をする。長期休業中は1・2年生の復習を中心にする。)自分にあつた方法を工夫し、中学3年間のまとめの学習になるようにしましょう。



家庭学習の内容や方法

国語

- ・漢字は繰り返し書いて覚えましょう。
- ・長文の読み取り、古典の音読など文章を読む力を付けましょう。
- ・文章の表記の仕方など、表現する力を付けましょう。

社会

- ・重要な語句をノートなどにまとめて整理し、暗記しましょう。
- ・教科書や資料集を繰り返し読んで、内容の理解に努めましょう。

数学

- ・四則計算を中心に、計算力アップを目指しましょう。
- ・数学の公式は繰り返し使って覚えるようにしましょう。
- ・文章題は、同じ問題や似た問題を問題集などで解いてみましょう。

理科

- ・理科の用語をノートなどにまとめて整理し、暗記しましょう。
- ・実験、観察の図やグラフなどの資料を読み取る力を付けましょう。

英語

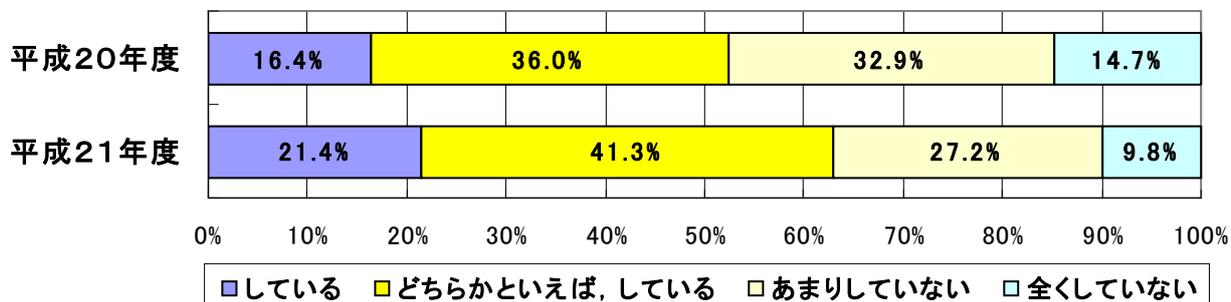
- ・単語や文型などは、繰り返し書いて覚えましょう。
- ・授業で学習した英文は、必ず声に出して読んでみましょう。
- ・英文を日本語に直したり、日本語を英文に直したりしてみましょう。

本市の児童生徒の状況について

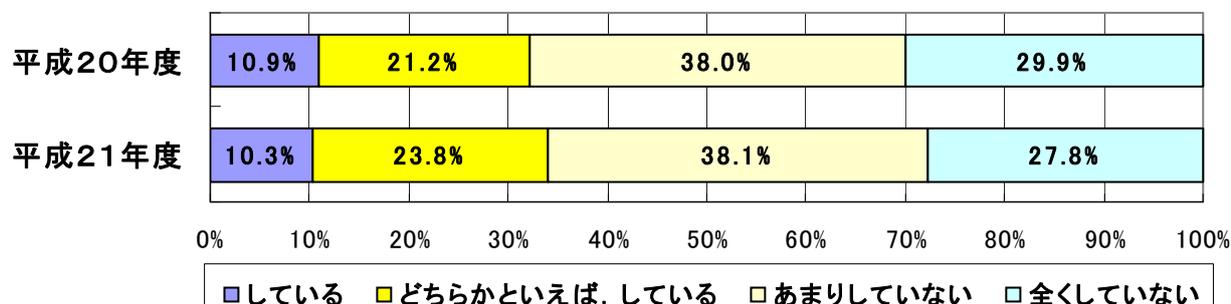
～全国学力・学習状況調査における質問紙調査の結果より～

○ 学習習慣について

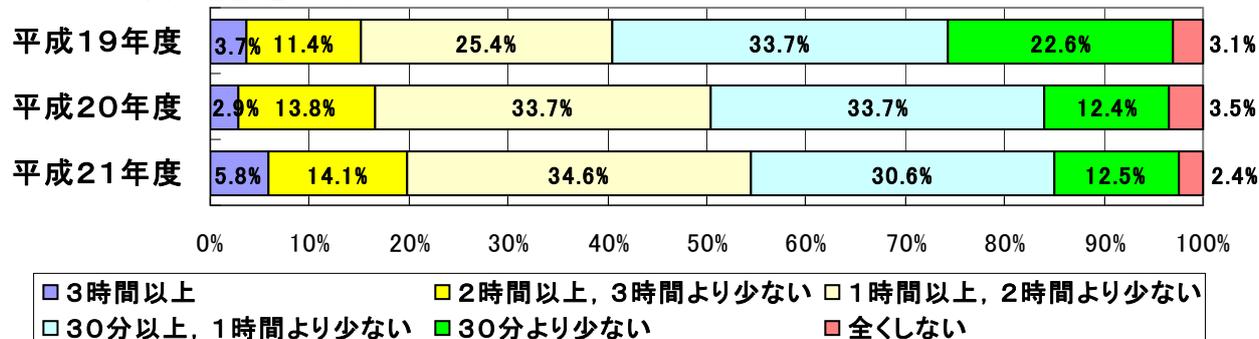
家で自分で計画を立てて勉強をしていますか？（小6）



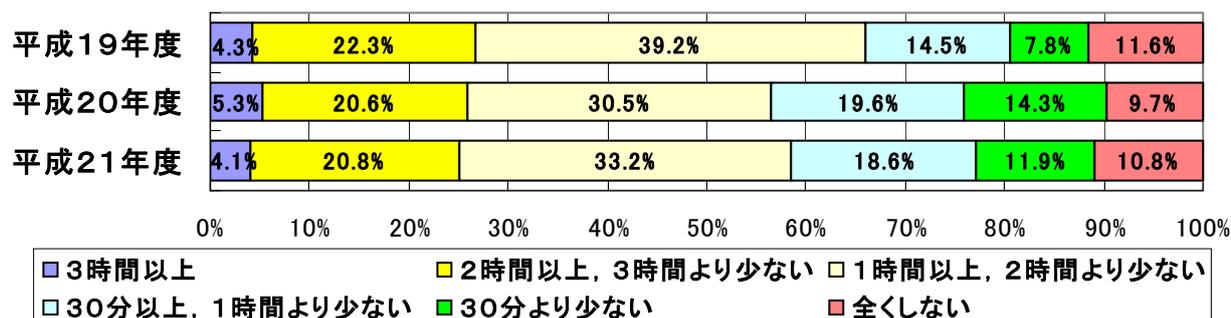
家で自分で計画を立てて勉強をしていますか？（中3）



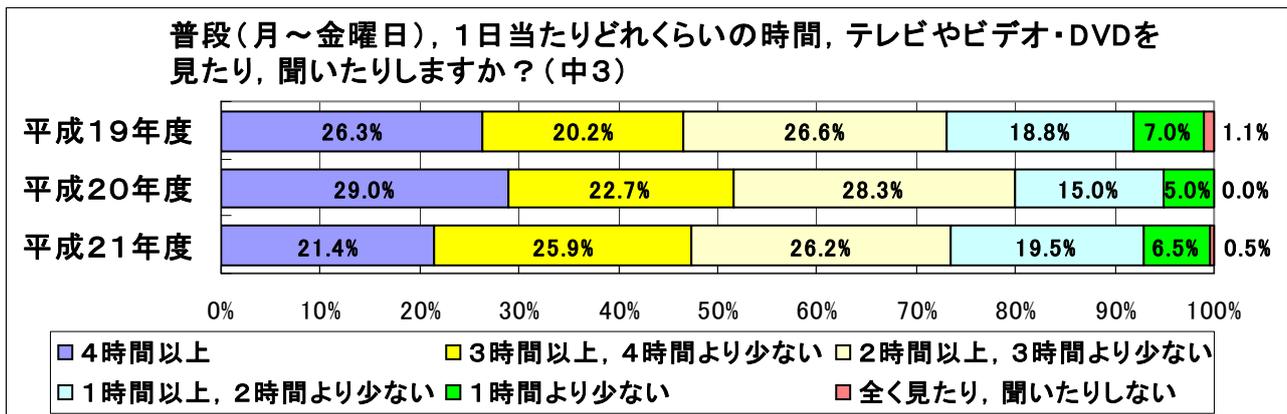
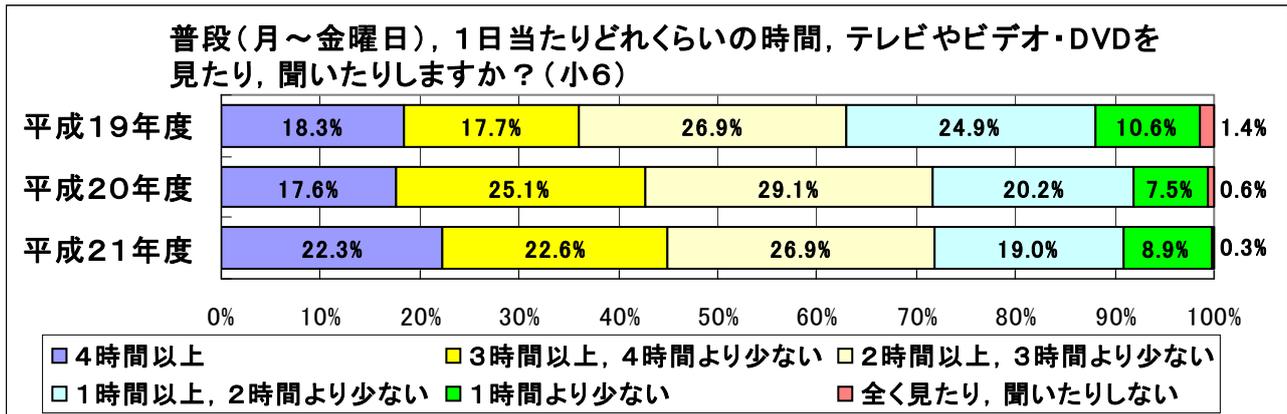
学校の授業時間以外に、普段（月～金曜日）、1日当たりどれくらいの時間、勉強をしますか？（小6）



学校の授業時間以外に、普段（月～金曜日）、1日当たりどれくらいの時間、勉強をしますか？（中3）



○ メディアとの接触について



学校と家庭が連携して、よい習慣を身につけさせることが大切です

子どもに「確かな学力」を育むためには、学ぶ意欲を高めることが必要です。そして、そのためには何よりもまず、子どもたち一人一人が「わかる喜びと学ぶ楽しさ」を実感できるような授業づくりを行うことが大切です。子どもたちが学習内容をしっかりと習得し、自分なりの学び方を身に付けていくことが学ぶ意欲を高めていくことにつながっていくのです。

全国学力・学習状況調査の結果から、「小学生、中学生ともに朝食を毎日食べる児童・生徒の方が正答率が高いという傾向が見られた。」「起床時刻については、午前7時30分より前に起きる児童・生徒は、午前7時30分以降に起きる者よりも正答率が高いことが確認できた。」「毎日同じくらいの時刻に寝たり起きたりする児童や生徒の方が学力が高いという傾向が見られた。」というように、生活習慣と学力の向上には深い関係があることが指摘されました。テレビやビデオ、インターネットといったメディアとの接触時間の増加は、睡眠時間の減少や生活リズムの乱れを生み、さらには自分自身をコントロールし継続して努力していく姿勢を弱めることにもつながってしまうのです。

また、生活リズムの狂いは、情緒の安定に悪影響を及ぼすだけでなく、思考力・情操等を司る脳にも重大な影響を与えても言われています。

教師が「わかる授業」を実践するとともに、児童生徒に家庭学習を含めた学習する習慣、基本的な生活習慣が身に付くように、学校と家庭が連携して取り組んでいくことが大切なのです。

子どもに身につけさせたい学習習慣のしつけ

- ① 自分で学習計画を立て、それを実行する。
- ② 予習、復習をして授業に臨み、積極的に授業に参加する。
- ③ ノートの取り方、まとめ方を工夫し、効果的に使う。
- ④ 効果的な覚え方、考え方を身につける。
- ⑤ テストの準備の仕方、返却テストの活かし方等についてよい習慣を身につける。