

# 家庭学習のすすめ

## 学習したことが身に付きます！

学校で学んだことを家庭で復習することによって習熟・定着を図ることができます。また、予習をすることで、授業を分かりやすくすることもできます。特に、漢字や計算などは、繰り返し練習することで定着していきます。反復練習が「わかる！」「できる！」という自信につながります。

## 脳の働きが活発になります！

読み・書き・計算を何度も繰り返すことは、脳の活性化につながると言われています。脳も手足の筋肉と同じように、繰り返し使うことによって活発に働くようになり、さまざまなことに順応できるようになります。心身の発達が著しい成長期に、どんどん鍛えたいものです。

## 学習習慣が力を伸ばします！

毎日、決まった時間、決まった場所で家庭学習を続けることにより、忍耐力が養われます。それが当たり前の習慣になると、学ぶ力が大きく伸びていきます。テレビやゲーム、スマートフォンなどの利用ルールも決めて、誘惑に打ち勝つ自己調整力や判断力、集中力を育みましょう。

## 家庭学習の習慣化 3つのポイント

家庭学習の習慣化のために家庭でできることは、落ち着いて学べる環境づくりです。まずは家族が協力し、次の3つのポイントを意識して取り組んでみましょう。

### ◆ポイント1 「生活のリズムを整えましょう」

- ①「早寝・早起き・朝ごはん」に代表される生活習慣や食習慣を規則正しく整えましょう。
- ②運動習慣をつけて基礎体力を養いましょう。運動習慣は睡眠の質の向上にもつながります。
- ③家族で話し合い、子どもの意見も聞きながら、学習・生活習慣や、テレビ・スマートフォン・ゲームなどの家庭ルールをつくりましょう。

### ◆ポイント2 「学ぶ雰囲気をつくりましょう」

- ①学習は、静かで集中できる環境で取り組むことが大切です。家族の協力は不可欠です。
- ②身の回りの整理整頓をさせ、ゲーム機など気が散るようなものは置かないようにしましょう。

### ◆ポイント3 「子どもとの対話を深めましょう」

- ①学校での様子などを聞き、子どものがんばりや困り感を理解するようにしましょう。
- ②新聞記事やニュースを話題にして、社会へ目を向けさせましょう。



## 学力形成は生活習慣から！

お子様の学力形成には、学習習慣はもとより、生活習慣が大きく関わっています。「早寝・早起き・朝ごはん」や「自主的な家庭学習」の習慣が身に付いている子は平均正答率が高いという結果が、学力調査から明らかになっています。

ご家庭では「あきらめず、粘り強く取り組む姿勢や態度」を育ててあげてください。学力向上は、生活習慣の形成から取り組みましょう。

# チャレンジ自主学习・中学生

学校の宿題から自主学习  
までの流れの参考例です。



## STEP1 まずは宿題にチャレンジ！

## STEP2 基礎力アップメニューにチャレンジ！

共通	<ul style="list-style-type: none"><li>• 一日の授業を振り返り、問題を解き直したり、ノートを見直したりする。</li><li>• 教科書にある重要語句の意味や内容をノートなどにまとめる。</li></ul>
国語	<ul style="list-style-type: none"><li>• 新出漢字や、関連する熟語を書き出す。それらを使った短文を創作する。</li><li>• 教科書の題材文を音読する。古典は独特なリズムを意識して読む。</li><li>• 主語、述語の関係や品詞の分類など、文法について整理してまとめる。</li></ul>
社会	<ul style="list-style-type: none"><li>• 歴史上の人物や関連するできごと、各時代の政治や文化の特徴などを整理する。</li><li>• 教科書や地図帳、インターネットを使って、地名や位置、気候の特徴などを整理する。</li></ul>
数学	<ul style="list-style-type: none"><li>• 計算練習を繰り返して行う。間違えた問題は、どこで間違えたか確認して解き直す。</li><li>• 授業で扱った例題を解き直す。同じ種類の問題に挑戦してみる。</li></ul>
理科	<ul style="list-style-type: none"><li>• 観察や実験の方法について、実験器具や薬品の名称、注意事項とともに整理する。</li><li>• 観察や実験の結果と考察について、ねらいと関連付けてまとめる。</li></ul>
英語	<ul style="list-style-type: none"><li>• 教科書の本文を音読する。すらすら読めるようになったらその英文を書き出す。</li><li>• 新出単語や基本文は、声に出して唱えながら書き出す。</li></ul>

## STEP3 パワーアップメニューにチャレンジ！

課題をもって 自ら学ぶ力が パワーアップ！	<ul style="list-style-type: none"><li>• 学習計画表（紙、Word、Excel等）を作成し、学習記録をつける。</li><li>• 学習した内容を振り返り、自分の言葉（文章）で要点を整理する。</li><li>• 学習した内容から、自分で問題を創作する。創作した問題を解く。</li><li>• さまざまなジャンルの本を読む。あらすじを短くまとめる。感想を書く。</li><li>• eライブラリで、得意な内容や苦手な内容を選んで挑戦する。</li><li>• 次の授業内容について、教科書を読んだり、問題に挑戦してみたりする。</li><li>• 学習動画を検索して視聴し、その要点をまとめる。</li></ul>
思考力・表現力 （記述力）が パワーアップ！	<ul style="list-style-type: none"><li>• 字数を制限したり、条件を加えたりして文章を書く。</li><li>• 新聞記事等を読んで要旨をまとめる。それに対する自分の考えを書く。</li><li>• 課題を解決する手順を、順序立てて整理しながら自分の言葉で書く。</li><li>• 1日の出来事を、英語3文日記（①どこで②何をして③どうだった）で書く。</li><li>• Word等で文章を書き（入力し）、よりよい表現を目指して練り直す。</li><li>• 書いた文章を、家族や先生、友達などに読んでもらって感想を交流する。</li></ul>

## 目的に応じて教科書を活用しましょう！

教科書には、さまざまな問題やその解説等が載っています。「苦手な教科書なので、基礎学力をしっかりと身に付けたい」「活用問題が苦手なので、発展的な問題に取り組みたい」など、それぞれの目的に応じて教科書を活用すると、学力向上にたいへん役立ちます。

特に、単元ごとのまとめ問題や巻末の資料は、学んだ内容を試したり、発展的な学びへとつなげることができるものです。教科書を隅から隅まで使いこなして、学力向上へとつなげていきましょう。

