

家庭学習の手引き

進んで学習する子どもを育てるために



甲州市教育委員会

この冊子は、子どもたちの確かな学力の育成を目指して、甲州市教育委員会が作成しました。内容については、各学校や先生方、ご家庭で、子どもたちの発達段階により修正しながら活用していただければと思います。



1 家庭学習の意義

家庭学習がなぜ必要なのでしょうか。
家庭学習によって、次のような教育的効果が期待できます。

学習内容の定着
学校で勉強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。特に基礎的・基本的な学習内容は、毎日繰り返し練習することで定着していきます。学校で「わかった」ことが、反復練習により「できる」という自信に変わります。

脳の活性化
読む・書く・計算するなど毎日繰り返すことは、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、毎日繰り返し使うことで活発に働くようになります。

学ぶ習慣をつける
毎日家庭学習を続けることにより、進んで学ぶ習慣が身につきます。毎日続けることで、やがて、当たり前前の習慣になります。少しずつでも継続することが大きな力につながります。

がまん強さ・根気・集中力をつける
家庭学習の最大の敵はテレビやゲームなどの誘惑です。この誘惑に打ち勝つことにより、がまん強さ・根気・集中力を養うことができます。そのためには、家族の協力が必要なのは言うまでもありません。

家族のふれあい
「本を読んでいるとき、横で聞いてあげる」「勉強がわからないとき、教えたりいっしょに調べたりしてあげる」など、学習している子どもに親が関わることによりコミュニケーションが図られます。家族のふれあいの機会が増えることは、子どもの精神の安定につながり、心身も頭脳も健やかに育ちます。



2 家庭学習の充実を図るために ～家庭学習のポイント～

決まった時間に毎日コツコツする

学校では、学年に応じた宿題を出しています。まず、宿題からやりましょう。学校が休みの日でも例外ではなく、家庭学習はとにかく毎日続けることが大切です。習い事や家族で出かけることなどあるかと思いますが、家族で十分話し合い、時間を生み出すことも必要になってきます。

集中して学習する

学力を伸ばすためには、集中して取り組むことが大切です。長時間学習することで、必ずしも成果が上がるとは言えません。短時間で集中して勉強することから始めることが、長続きのコツです。



学習環境を整える

テレビを見ながら、音楽を聴きながら、おやつを食べながらの「ながら勉強」は禁物です。また整頓された机に向かって学習することも大切です。静かに集中して学習に取り組める環境を整えるためには、家族の協力も大切です。

子どものがんばりを認め、ほめて励ます

親や教師が、子どものがんばりを認め、ほめたり励ましたりすることは、子どもに自信をつけさせ、進んで学習しようとする意欲を高めめます。つつい口うるさくなりがちですが、強制したり、叱ったりすることは逆効果になります。

学力アップは規則正しい生活から

「早寝・早起き・朝ご飯」は、生活リズムの大原則です。生活のリズムを整えることが学力向上につながることは、いくつかの調査で明らかになっています。夜遅くまで勉強して睡眠時間が少ない子よりも適度な睡眠時間を確保している子の方が成績がよいという報告もあります。学校でも家庭でも生き生きと元気に学習に取り組めるように、「早く寝る・早く起きる・朝ご飯をしっかりと食べる」という習慣を身につけるようにさせましょう。



まずチェックしてみましょう！

自分の家庭学習や生活について当てはまるところに **をつけよう！**

	できている	まあまあ	できていない
宿題以外にも自分で家庭学習をしている			
時間を決めて勉強している			
机の上はいつもかたづいて			
勉強のときテレビやゲームなどは消している			
食事をきちんととっている			
早寝・早起きをしている			

チェックしてみて、どうでしたか？

保護者用チェックリスト

	努力している	まあまあ	できていない
子どものよいところを見つけようとしている			
子どもが勉強でつまずいた時一緒にやろうとしている			
わかりやすくポイントを押しえて指示をしている			
子どもに一度に多くのことを期待しないようにしている			
子どもの話を聞いたり、わかろうとしている			

チェックしてみて、いかがでしたか？

親子で一致していないところがありましたら、話し合ってみましょう。

家庭学習の内容や方法

小学校1・2年生

学習時間のめやす
15～30分

宿題

最後までやり終えることが
大切です。
困ったときは、家の人に相談
してみましょう。

自主学习

好きな本をたくさん読んだり
日記を書いたりしましょう。
計算や九九の練習をしてみま
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、九九がすらすら言えるようにしましょう。
まちがった問題は、もう一度やりなおしましょう。



その他

本を読みましょう。
ひらがな・カタカナ・漢字を練習
しましょう。
教科書を写しましょう。
日記を書きましょう。
作文や詩を書きましょう。

ドリルなどをしてみましょう。
定規を使う練習をしましょう。
生き物を飼ったり、観察したりして
みましょう。
辞典や図鑑で調べてみましょう。

家庭学習の内容や方法

小学校3・4年生

学習時間のめやす
30～45分

宿題

漢字や計算などは、毎日くり返しながら、ていねいにしましょう。

自主学习

資料や地図帳、事典などを使った調べ学習にも挑戦してみましょう。

国語

今勉強しているところを何回読むか決めて、声を出して読みましょう。
新しく習った漢字や今まで習った漢字を練習しましょう。
好きな本やほかの教科書も読んでみましょう。
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。
国語辞典を使って、意味のわからない言葉を調べましょう。

算数

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ゃやってみましょう。
今までに勉強したテストやプリントの問題を、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

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。
勉強に関係あることや「おもしろそうだな」と思ったことを図鑑や事典・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の文化や産業について調べたり、理科で学習する自然にふれる体験をしたりすることもいいでしょう。
リコーダーで習った曲を練習しましょう。



家庭学習の内容や方法

しょうがっこう 5・6 ねんせい
小学校5・6年生

がくしゅうじかん
学習時間のめやす
50～75分

しゆく だい
宿題
よ か けいさん
「読む」「書く」「計算」などの
き そがくりよく み
基礎学力を身につけるため、
かえ れんしゅう たいせつ
くり返しの練習が大切です。

じしゆがくしゅう
自主学习
じぶん がくしゅう か だい み
自分で学習課題を見つけて
すす ちようせん
進んで挑戦してみましょう。

こくご 国語

きょうかしょ おんどく し はいく たんか あんしやう ろうどく
教科書を音読しましょう。詩や俳句・短歌などを暗唱したり、朗読したりしま
しょう。
かんじ こうせい じけい いしき れんしゅう
漢字の構成や字形を意識して練習しましょう。その漢字を使って単文作りをし
てみましょう。
ししや たいせつ きょうかしょ しんぶん きじ じすう き ししや ちようせん
視写はとても大切です。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。

さんすう 算数

ひ べんきやう かえ れんしゅう
その日に勉強したところをくり返し練習しましょう。
けいさん つか ふくしゅう
計算プリントやドリルを使って復習しましょう。
まちが もんだい かんが
間違えた問題は「どうしてまちがえたのか」考えて、
いちど ちようせん
もう一度挑戦しましょう。



た きょうか その他の教科

しやかい りか じぶん しら がくしゅう ちしき み
社会や理科など自分から調べ学習をして、知識を身につけましょう。
いろいろな じてん じてん しんぶん かつよう
いろいろな事典(辞典)、インターネット・新聞などを活用してみましょう。
えんそう がつき れんしゅう
演奏できる楽器の練習をしてみましょう。
かていか がくしゅう かていせいかつ なか じつせん
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。
いろいろなジャンルの本を読んでみましょう。

家庭学習の内容や方法

中学校1・2年生

学習時間のめやす
100～120分

予習・復習の習慣を身につける。
学校・先生のプリントなどを有効活用する。
生活リズムを整え、上手な時間の使い方を工夫する。

中学校3年生

学習時間のめやす
120～150分

3年生の学習内容と1・2年生の復習を両立させる。
進路の目標を具体的に決めて、計画を立てる。
生活リズムを整え、上手な時間の使い方を工夫する。



国語	<ul style="list-style-type: none"> ・授業で習う作品は、音読を繰り返すことで理解が深まります。 ・漢字の読み書きは、学力の基本です。毎日必ず文字を書く習慣をつけるため、プリント・ワークなどを中心に書き取りの勉強をしましょう。（新聞のコラム記事を書き写すことも有効） ・よい言葉や文章に出会ったら、書き留めておく習慣をつけましょう。 ・常に読みかけの本を持ち、読書の時間などにも利用しましょう。 		
社会	<p style="text-align: center;">地理的分野</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地図帳で地名を探して地図に慣れましょう。 ・勉強の時は、必ず地図で場所を確認しましょう。 ・重要語句は、意味をきちんと押さえましょう。 ・地図を書くくせをつけましょう。 	<p style="text-align: center;">歴史的分野</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年表が基本。年号を語呂合わせで覚えましょう。 ・5W1Hを常に考えましょう。（いつ・どこで・誰が・何をして・どうなったか） ・大まかな時代の流れをとらえましょう。 ・ある出来事から次の出来事までを自分で説明できるようにしましょう。 	<p style="text-align: center;">公民的分野</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日常の出来事や事件に関心を持ちましょう。 ・新聞やニュースに関心を持ち、活用しましょう。 ・重要語句をきちんと理解しましょう。
数学	<ul style="list-style-type: none"> ・復習に力を入れましょう。1時間の予習よりも、30分の復習の方が効果的です。 ・復習は、その日の授業の内容をその日のうちに行いましょう。授業で解いた問題、ワーク・学習プリントを中心に行うことが効果的です。また、覚えることよりも、筋道を立てて理解することが大切です。 ・問題解決の道具となるいろいろな計算の仕方は、何度も繰り返し、スピードや正確さを身につけましょう。 ・教科書の中の図やモデルを活かして考えましょう。 ・より多くの問題にあたって、応用力をつけましょう。 		



理科	<ul style="list-style-type: none"> ・授業があった日は、その日のうちに15分の復習をしましょう。授業で学習した内容を教科書やノートを使って見直すことが効果的です。さらに力をつけたい人は、ワークで復習を行いましょう。 ・実験や観察が何を目的としているのか、また、実験や観察の結果やまとめの意味を理解しましょう。 ・まとめで出てくる重要語句を何回も書いたり、言ったりして確実に覚えましょう。
英語	<ul style="list-style-type: none"> ・声に出し、何度も教科書を読みましょう。(暗記するつもりで) ・単語や熟語(フレーズ)、英文(文型)をノートに書いて覚えましょう。単語や熟語は文章の中で覚えると効果的です。 ・分からない語句に出会ったら、そのたびに辞書をひきましょう。 ・毎日続けることで身につく英語。どんなに忙しくても毎日勉強しましょう。
音楽	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろなジャンルの音楽を聴き、音楽に親しみましょう。 ・本の歌詞や楽譜、楽典や歴史などについても、きちんと整理してまとめましょう。
美術	<ul style="list-style-type: none"> ・教科書や資料などをよく読み、大事な部分に線を引いて覚えるようにしましょう。 ・作業手順や注意事項・用具についてやったことを思い出し、ノートに整理しましょう。
保健 体育	<ul style="list-style-type: none"> ・ルールや技術に関するポイントをノートにまとめ、覚えることが大切です。 ・保健分野は、教科書をよく読み、重要語句や内容をノートにまとめましょう。
技術 家庭	<ul style="list-style-type: none"> ・授業で話されたことやノートにまとめたことを整理し、教科書をよく読んでみましょう。 ・家庭生活の中でいろいろなマークや表示を見つけたら調べたり、調理は、実際に作ってみたりしましょう。



甲州市 子ども十の誓い

1. 卑怯なことを憎み、正しいと思ったことはどんどん実行する。
2. 山・川・草木を大切にし、自然と共に生きる。
3. 他人を思いやり、力の弱い人にやさしくする。
4. 大勢で一人をいじめない。
5. 親・きょうだいを大切にし、楽しく毎日を過ごす。
6. 知識を求め、知恵を働かせる。
7. 自分の言ったことには責任をもつ。
8. 嘘を言わず、正直に生きる。
9. 自分から大きな声で挨拶をする。
10. 親が、がっかりするような行いはしない。