

# 家庭学習の手引き

仙台市立向陽台小学校

より分かる ために

よりできる ために

よりがんばれる ために

家庭学習 を続けましょう。

【基礎・基本の確実な定着による確かな学力の向上のために】

～ 読む・書く・話す・計算する～

【基本的な生活習慣の確立による確かな学力の向上のために】

～ 早寝・早起き・朝ごはん・あいさつ・学習習慣～

向陽台小学校では、基礎・基本の確実な定着による確かな学力の向上を目指して、日々の授業を行っています。学力の定着には、繰り返し学習することが大切です。また、「自ら学び、自ら考える力」を身に付けさせることにも力を入れております。

子供たちの学ぼうとする意欲を喚起し、学び方を身に付けさせるためには、家庭における生活のリズムや学習習慣の確立を目指していくことも必要です。

そこで、向陽台小学校の子どもたちが、家庭学習の習慣を身に付け、これからの生活でも目標を持って努力を続けることができるようになることを願って、「家庭学習の手引き」を作成いたしました。

保護者とともに子どもたちの成長を支えていきたいと思っております。ご協力をお願いいたします。

# 学習の土台作りは、生活のリズムの確立から

確かな学力を身に付けるためには、**健やかな心と体**の育成が大切です。

## 健やかな心とは

- ◇ 生命を大切にする心や、他人の気持ちを考え思いやる心
- ◇ 「いじめは、しない・させない・許さない」という、善悪を判断する心
- ◇ 公共の精神と規範意識を感じる心

## 健やかな体とは

- ◇ 様々な運動体験と運動量を確保し、体力を向上させる意識が身に付いたもの
- ◇ 規則正しい生活のリズムの確立を通して、健康的な生活習慣が身に付いたもの
- ◇ 食の大切さと楽しさを実感させ、望ましい食習慣が身に付いたもの

# 規則正しい生活のリズムを整えるためには

## 早寝・早起き・朝ごはんを心がけましょう

- ◇ しっかり朝ごはんを食べることにより、脳が元気に働くようになります。
- ◇ おいしく朝ごはんを食べるためには、夜ふかしにならないように、早めに就寝させましょう。

## 学習を始める時刻を決めさせましょう

- ◇ 計画的に学習できるようにするための第一歩です。
- ◇ 学習時刻を子供自身に決めさせましょう。
- ◇ 考えを押しつけません。励ましたり、褒めたり、見守ったりすることが必要です。

## ゲーム・スマホ・テレビの時間を決めさせましょう

- ◇ 親子で決めた約束は、守らせることが大切です。
- ◇ 週に一度は、ノーゲーム・ノースマホデーを作り、親子の会話を楽しみましょう。

## 家庭の中で役割を持たせましょう

- ◇ 家族の一員としての自覚を持たせましょう。
- ◇ 決まった仕事や役割を持たせることは、子供を褒めるチャンスです。
- ◇ 責任感が高まり、自己有用感が育ちます。

## 前日に、学習用具の確認をさせましょう

- ◇ 次の日の学習の準備を整えることは、学習の心構えを作ることに繋がります。
- ◇ 見通しの持てる子供に育てましょう。

# 進んで学ぶ習慣を身に付けさせましょう

## 家庭学習のしかたの例

- (1) 日付を書く。
- (2) 学習したことは、すべて自主学習ノートに書く。
- (3) 学習の振り返りを書く。
- (4) 学習時間を書く。(〇〇時〇〇分～〇〇時〇〇分)

## 低学年(1・2学年)では

**20～30分**を目安に、音読と宿題プリントを中心に取り組ませましょう。

- ◇ 最後までやり終えるように声掛けしましょう。
- ◇ 丁寧な文字で書き上げることができるよう声掛けしましょう。
- ◇ はっきりとした口調で音読ができたときには、大いに褒めましょう。

## 中学年(3・4学年)では

**40～50分**を目安に、宿題以外の自主学習にも挑戦させましょう。

- ◇ お子さんの頑張りを褒めましょう。

## 高学年(5・6学年)では

**50～60分**を目安に、継続して取り組める課題に挑戦しましょう。

- ◇ 目標に向かって努力する大切さを伝えましょう。
- ◇ 家庭学習の予定を立て、計画的な学習に取り組ませましょう。

## 中学校では

- ◇ 予習・復習に重点を置いて学習させましょう。
- ◇ 学校から出された学習プリントを有効に活用させましょう。



- ☆ 各学年から宿題が出されます。「早く終わったので終わり」でなく、学習時間を決め、「宿題＋家庭学習(自主学習)」として、取り組ませてください。
- ☆ お手本となるような、「学ぶ姿勢」を大人が見せることも大切です。一緒に並んで新聞に目を通したり、読書にいそしんだりする時間を作ってみませんか？

学習後は、ぜひ親子での会話を楽しんでください。

- ◇ 丁寧な文字でできたね！
- ◇ 学校でどんなことを習っているの？
- ◇ こんな難しい問題もできるようになったんだね！

学習ノートと一緒に見合うことで、親子間の会話が広がるとよいですね。

## 【 1・2年生 】

### べんきょうするときのやくそく

- ①テレビなどは けして、しずかにしてやりましょう。
- ②きまったばしょで、きちんとすわってやりましょう。
- ③まいにち時間を きめてやりましょう。（「あそびにいく前」，「夕はんの前」など）
- ④1・2年生は、まいにち **20～30分**ぐらい とりくみましょう。

### ウォーミングアップ（5分ぐらい）

- ◇ こくごの教科書の音読（大きな声で、ゆっくり、はっきりと）をしましょう。  
お家の人にきいてもらうといいね。

### ジョギングメニュー（15分ぐらい）

- ◇ はじめに、学校で出されたしゅくだいをやろう！ていねいな字でかこうね！
- ◇ おわったら、学校でべんきょうしたことを、おさらいしてみよう！  
たとえば、
  - ならったかんじを、ノートに3回ずつ書く。
  - さんすうの教科書のならったもんだいを もういちど ノートにうつしてみる。

### さらに自分をのばそう！ここからはチャレンジコース

#### もっとできる！チャレンジ！

- ◇ これからべんきょうするところの教科書を読んでみよう。
- ◇ 家にある もんだいしゅうに ちょうせんしてみてもいいよ！

#### ☆べんきょうがおわったら、つぎの日のじゅんぴもわすれずに！！

- けずったえんぴつが、5ほん 入っていますか。
- 赤えんぴつ・なまえペン（油性）・じょうぎ・けしゴムはふでばこに入っていますか。
- れんらくちょう・れんらくぶくろ・下じきをじゅんぴしましたか。
- 名札・ハンカチ・ティッシュはありますか。
- わすれものをしないように、あすのじゅんぴはできましたか。

べんきょうがおわったら、おうちのために自分ができるところを **かんが** えて、おてつだいをしよう！



## 【 3・4年生 】

### 家庭学習を行うときの約束

- ①テレビなどは消して、静かにして取り組みましょう。
- ②決まった場所で学習を始めましょう。
- ③毎日時間を決めて取り組みましょう。
- ④自分から進んで取り組みましょう。
- ⑤3・4年生では、毎日**40～50分**を目安に取り組みましょう。

### ウォーミングアップ（5分ぐらい）

- ◇ 国語や社会の教科書の音読

### ジョギングメニュー（25分ぐらい）

その日学校で学んだことをおさらいしましょう！

- ◇ 今日の宿題をしよう！

終わったら、次のことにも挑戦しよう！

- ◇ 漢字の練習（くり返し練習や例文作り）
- ◇ 算数の教科書の練習問題（ノートに）
- ◇ 計算ドリルのやり直し（ノートに）
- ◇ 漢字ドリルのやり直し（ノートに）



### さらに自分をのばそう！ここからはチャレンジコース

#### マラソンメニュー（20分ぐらい）

- ◇ 国語・社会・理科の教科書の視写  
自分の選んだページや部分を書き写す。
- ◇ 図書館で借りた本、家にある本を読む。
- ◇ 言葉の意味調べや言葉を使った例文作りをする。  
例文を作るのが難しいときには、辞典などの文を写してもいいよ！
- ◇ ことわざや慣用語の意味調べや例文作りをする。
- ◇ 家にある問題集にチャレンジする。
- ◇ 明日、学校でみんなにはなしたいことを文章にまとめ、発表の練習をする。

#### クールダウン（5分ぐらい） 明日の準備を整えましょう

- 筆入れの中には「削ったえん筆5本、赤えん筆、名前ペン（油性）、ミニ定規、消しゴム」が入っていますか？
- えん筆はきちんと削ってありますか？
- 連絡帳と袋・下じき・筆入れを用意しましたか？
- 名札・ハンカチ・ティッシュを用意しましたか？
- 明日の予定表や時間割表を見て、ランドセルの中身を確認しましたか？

## 【 5・6年生 】

### 家庭学習を行うときの約束

- ①静かなところで取り組みましょう。
- ②自分の机や決まった場所で学習を始めましょう。
- ③毎日時間を決めて取り組みましょう。
- ④自分から進んで取り組みましょう。
- ⑤毎日**50分～1時間**できるようにがんばりましょう。

### ウォーミングアップ（5分ぐらい）

- ◇ 国語や社会の教科書の音読
- ◇ 暗唱文・詩集などの音読

### ジョギングメニュー（25分ぐらい）

その日学校で学んだことをおさらいしましょう！

- ◇ 今日の宿題をする。
- ◇ 算数の教科書の練習問題や、まちがった問題をやり直す。
- ◇ 計算スキルのやり残しやまちがい直しをする。
- ◇ 漢字練習で漢字の復習をする。
- ◇ 5行復習（今日学習したことを1教科につき5行にまとめて書いてみる）
- ◇ 3分間復習（教科書の今日学習したところを1教科3分間ずつ読む）



### さらに自分をのばそう！ここからはチャレンジコース

#### マラソンメニュー（25分ぐらい）

- ◇ 教科書を写す。（算数の問題の解き方・国語の詩や文章）
- ◇ 社会の日本地図・世界地図・記号・歴史についてノートにまとめる。
- ◇ 市販の問題集に取り組む。
- ◇ とことん調べる。（辞書・インターネット・本・インタビュー・見学など）
- ①「テーマ調べ」…自分が興味を持っていることを、続けて調べる。
- ②「はてな調べ」…学校の勉強や家でふしぎに思ったこと・はてな？を調べる。

#### クールダウン（5分ぐらい） 明日の準備を整えましょう

- 筆入れの中には「削ったえん筆5本、赤えん筆、名前ペン（油性）、ミニ定規、消しゴム」が入っていますか？
- えん筆はきちんと削ってありますか？
- 連絡帳と袋・下じき・筆入れを用意しましたか？
- 名札・ハンカチ・ティッシュを用意しましたか？
- 明日の予定表や時間割表を見て、ランドセルの中身を確認しましたか？