



「曾於市学力向上プラン」

家庭学習のすすめ



子どもの「学ぶ力」
は、家庭学習から育
ちます。

家庭を
学びの環境に
変えましょう！

子どもを伸ばす家庭学習の 3つの ポイント

宿題から
自主学習へ
広げましょう！

望ましい
生活習慣を
身に付け
させましょう！



Point 1

家庭を学びの環境に変えましょう！

これ大切



子どものやる気は、親子のふれあいから生まれます。

家庭学習の習慣は、継続的に取り組むことで身に付きますが、そのためには、家族との関わりが何よりも大切です。

普段の何気ない会話や自然の中でのふれあいなど、一緒に過ごす時間が、子どもの心の支えとなり、やる気につながってきます。

コミュニケーションと学力

全国学力・学習状況調査によると、親子でたくさん会話をしている家庭の子どもほど学力が高い傾向にあるという結果が出ています。

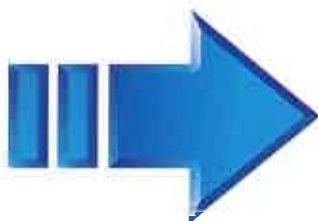
親子の会話は、子どもの心を安定させ、自己有用感を高めます。さらに言語能力や集中力の向上によい影響を与える効果もあるようです。

親子で過ごす時間は、子どもにとってかけがえのない財産です。



聞いていますか？
「学校での出来事」
「将来の夢や希望」

親子の会話が増えると



やる気がグーンと伸びます



心の安心感が「自信」と「学習意欲」を高めます。

親子で『家庭学習のルール』を決めましょう

学習に最適な場所は？

家庭学習に最適な場所として、リビング（居間）という意見と、勉強部屋という意見があります。しかし、大事なのは、自分の子どもがどちらに向いているかを理解することだと思います。

低学年までは、親の目の届くリビングが適していると言えます。また、学年が上がれば、自立心を高めるためにも、勉強部屋が向いているかもしれません。

わが子の性格に合わせた学習場所を選びましょう。

家庭学習の3つの約束

- ① 始める時刻を決める
- ② 学習場所を固定する
- ③ 学習量の目安を決める（「時間」と「ページ数」）

学習場所の整理も大切

- ① 整理整頓に努める
- ② 学習道具を用意する
- ③ 次の日の準備をし、片付ける

家庭学習の順番はこれ

- ① 宿題
- ② 自主学習1（授業の復習や予習）
- ③ 自主学習2（学習テーマは自由）

支える視点

家庭学習の間は、テレビを消したり音を小さくしたりするなど、学習に集中しやすい環境づくりに、できる範囲で協力しましょう。

支える視点

ノートを点検し、その頑張りをほめると継続力が身に付きます。家庭学習の習慣は最初が肝心です。小学校低学年は宿題ができるようになるまで関わりましょう。

Point 2

宿題から自主学習へ 広げましょう！



宿題から自主学習へ。学びの習慣を身に付けさせましょう。

与えられた宿題だけではなく、自分から課題を見付けたり、興味があることを調べたりする自主学習を通して、学ぶ意欲と主体性が高まります。

自主学習の習慣が身に付くまで、見届けをしっかりとほめてあげましょう。

宿題は確実に！家庭学習の応援ポイント

学年	保護者の関わりの例	学習時間の目安
小学校 1・2年	・保護者の目の届く場所でさせましょう。音読を聞いてあげましょう。 ・最後までできた時は、しっかりほめましょう。	20分 以上
小学校 3・4年	・内容が難しくなりつまずきが出始めます。状況を把握しましょう。 ・苦手なところができるようになったら、しっかりほめましょう。	(学年) × 10分 以上
小学校 5・6年	・自分なりに考えて計画的に学習を進めているかを確認しましょう。 ・宿題や自主学習ノートを点検し、感想などを伝えましょう。	10分 以上
中学校 1・2年	・家庭での時間の使い方について話し合い、約束を決めましょう。 ・進路について親子で話し合い、早く目標を定めましょう。	90分 以上
中学校 3年	・目標の実現に向けて努力している姿をしっかり見守りましょう。 ・進路を見据えた学習ができていくかを確認しましょう。	2時間 以上

集中力が大事！

最近、「ながら勉強」をしている子どもたちが増えています。テレビをみながら、スマホをしながらの「ながら勉強」は時間ばかりかかって、脳も休止状態です。

学力向上に必要なのは、時間でなく「集中力」です。

ステップアップ

宿題

自主学習 1

自主学習 2

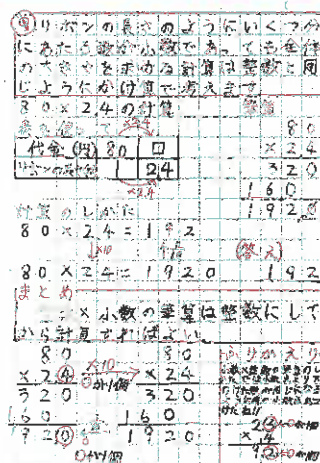
まずは授業の復習や予習から始めよう

興味や関心のあるテーマで学習しよう

- ① 始めに、学習のねらいやテーマを書くと目的がはっきりします。
- ② 終わりに、まとめを書くと、取り組んだ成果を振り返ることができます。



自主学習 1 復習の自主学習ノートの例



「めあて」と「振り返り」のある復習ノートです。

今日の授業で習ったところを、もう一度お家で復習します。

(恒吉小5年生自学ノート)

自主学習 2 取組例

- 新聞を読んで、社説を要約したり、興味を持った記事の感想を書いたりする。
- 詩や俳句、短歌をつくる。
- 漢字の成り立ちについて調べる。
- 歴史上の人物について調べる
- 発明・発見について調べる。
- 慣用句や重要語句をまとめる。
- 20分間読書に取り組む。
- 発展問題や入試問題を解く。

Point 3

望ましい生活習慣を身に付けさせましょう！

これ大切



習慣は第二の天性。身に付くまで粘り強く取り組みましょう。

望ましい生活習慣は、日々の生活体験の中で身に付きます。本人の努力や頑張りを認め、励ましながら身に付けさせていきましょう。また、叱るべきところは、ためらうことなく叱るなど、優しさと厳しさを持って育てましょう。

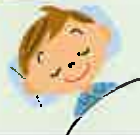
子どもとの関わりに不安を感じたら、遠慮せずに学校にご相談ください。

生活の基本中の基本『早寝・早起き・朝ごはん』

早寝

「寝る子は育つ」といいますが、実際、成長ホルモンは、夜10時から朝4時までの睡眠の中で分泌されるといわれています。また、適度な睡眠時間をとっている子どもほど学力が高いという結果もでています。

健康・学力のためにも小学3年生までは夜9時、小学6年生までは10時、中学生は11時までには就寝させましょう。



早起き

早起きは、「三文の徳」と言われ、昔から健康だけでなく、幸運も招くとされています。

余裕を持って家を出られる時刻に、自分ひとりで起きる習慣を身に付けさせましょう。

①朝日を浴びると体内時計がリセットされ、身体リズムが整います。

②朝、コップ1杯の水を飲むと、内臓が活性化し、食欲が増します。



朝ごはん

私たちの体は、私たちが食べた物で出来ています。食事ほど健康にとって大事なものはありません。

主食、主菜、副菜のそろった朝食を摂ると、脳の活動に必要なエネルギーである糖分や他の栄養を補給できます。

そのことで、昼間の集中力が増し、学習にもよい影響を与えます。また、夜もスムーズに眠れるようになります。



メディア(スマホ等)コントロール『守ります！9時オフ』

時間

1日1時間以上は使用させないことや夜9時以降は親がスマホを預かるなど、家庭でルールを決めて守らせましょう。



場所

自分の部屋に持ち込ませず、できるだけ家族のいる場所で使用するようにならせます。



使い方

親の責任で、使用マナーやネットモラルなど、その使い方について確認をしましょう。

また、フィルタリングをかけて、有害サイトから子どもを守りましょう。

教育の根本は家庭教育『育てたように子は育つ』

教育基本法

教育基本法では、家庭教育に関する保護者の責任が以下のように示されています。

(家庭教育)

第十条 父母その他の保護者は、子の教育について第一義的責任を有するものであって、生活のために必要な習慣を身につけさせるとともに、自立心を育成し、心身の調和のとれた発達を図るよう努めるものとする。