

家庭学習のすすめ

青梅市の子供たちの学力の実態は、国や都の学力調査の結果によると、「考える力」に課題があることが分かりました。「考える力」を育成するためには、まずは、学校の授業内容を確実に身に付ける必要があります。

学校と家庭が連携を図る中で、子供たちの学力の向上を図っていきたいと考えています。

平成25年3月
青梅市教育委員会
学力向上推進委員会

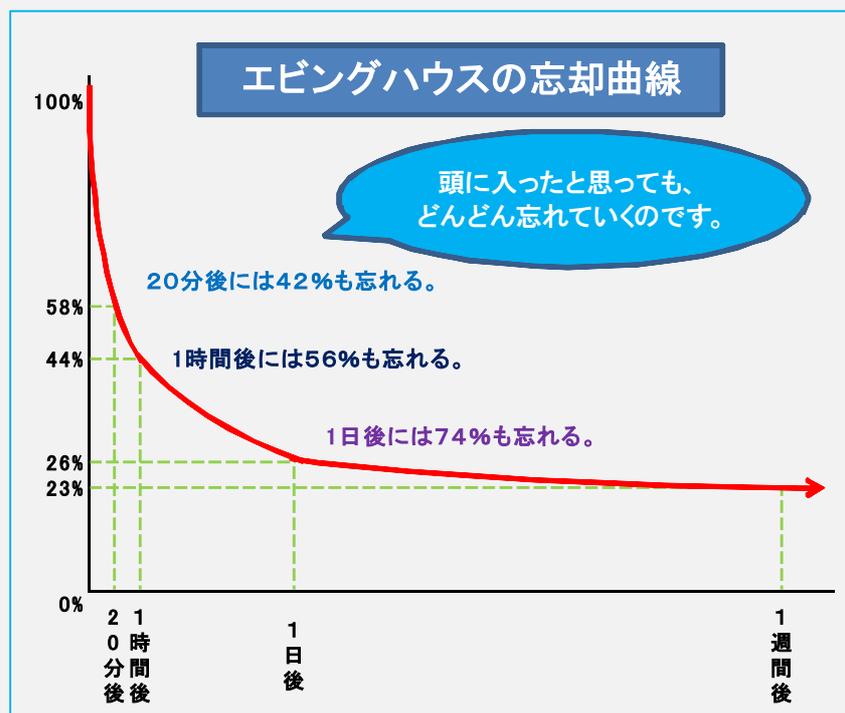
本リーフレットの活用について

- 本リーフレットの特徴は、「家庭学習の進め方が分からない」「どのようにしたら子供は勉強を始めるのか」など保護者の皆様の気持ちに答えるよう作成しました。小学校低学年・中学年・高学年、中学校別に保護者の悩みの例を記載してあります。お子様の学年以外のところも御覧になり、参考にさせていただけたらと思います。
- 本リーフレットは、あくまでも参考資料です。お子様の家庭学習の充実を図る上で参考にさせていただけたらと思います。
- 家庭学習の時間や取り組む内容はあくまでも目安です。お子様と十分に相談の上、納得して取り組ませることが重要です。家庭学習をする習慣を身に付けることから、さらに学ぶ楽しさを実感できるようになることを願っています。

「エビングハウスの忘却曲線」を御存知ですか。このグラフを見てお分かりのとおり、1時間後には覚えたことを約半分の56%も忘れてしまうのです。そして、1日後には、74%も忘れてしまいます。

このグラフからも、授業で学んだことを確実に定着させるためには、復習が大切であることが分かるかと思います。

本リーフレットを活用して、今行っている家庭学習を見直してみましょう。そして、確実に家庭学習の習慣を身に付け、お子様の学力を向上させていきましょう。



家庭学習を進める計画表例

家庭学習の習慣化には時間がかかります。よって、計画表を作成することを勧めます。

右の「生活スケジュール表」を御覧ください。スケジュールを立てることで、さらに「どのような学習をしようか」などのイメージも浮かんでくると思います。お子様と話し合っ計画表を作成してみましょう。

生活スケジュール表（記入例）

年 組 番 氏名()

目標 毎日2時間自主勉強をする。(塾がある日は、1時間)
自分に負けない!



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午後3時						7:00 起床・朝食	4:00 7:00 起床・朝食
午後4時	帰宅					8:00	5:00 8:00
午後5時	勉強	部活	部活	部活	部活	9:00	6:00 9:00
午後6時	勉強	部活	部活	部活	部活	10:00	7:00 勉強
午後7時	夕食	帰宅	帰宅	帰宅	帰宅	11:00	8:00 夕食
午後8時	勉強	塾	勉強	塾	勉強	12:00	9:00 勉強
午後9時	リラックス タイム	塾	勉強	塾	勉強	1:00	10:00 勉強
午後10時	テレビ	勉強	テレビ	勉強	テレビ	2:00	11:00 勉強
午後11時	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	3:00	12:00 勉強
午前0時	読書	読書	読書	読書	読書		
	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝		



★励ましの言葉

1週間の学習時間

15 時間 分

参考資料提供：埼玉県教育局東部教育事務所作成「家庭学習のすすめ」より

家庭学習の目安の時間

【小学校】

よく家庭学習の時間は学年×10分と言われます。しかし、これだと小学校1年生は10分になります。これでは、勉強する準備だけで終わってしまうこともあります。学年×10分を基本としつつも、低学年でも30分ぐらいの学習時間があると、習慣化されていきます。

- 小学校低学年 30分
- 小学校3年生 30分
- 小学校4年生 40分
- 小学校5年生 50分
- 小学校6年生 60分

【中学校】

中学校では、小学校の学習をもとにして、さらに高度な学習内容を身に付けていきます。また、3年生になると進路も考えなくてはなりません。下記の時間はあくまでも目安ですが、自ら学習に積極的に取り組む必要があります。

- 中学校1年生 1時間30分
- 中学校2年生 2時間
- 中学校3年生 2時間30分



家庭学習とは、いったいどのような学習のことをいうのでしょうか。簡単にいえば「家庭で勉強すること」です。学校の授業内容を確実に身に付けるためには、学校の授業はもちろん、家庭での学習が重要になります。まずは、「家庭学習チェックリスト」を活用して、家庭学習を始める準備をしてみてください。

家庭学習チェックリスト

決まった時刻に勉強を始めています。

決まった時刻に勉強を始めて、家庭で学習する習慣を身に付けさせることがポイントです。

計画表をつくって取り組んでいます。

習い事や他の予定がある人も多いと思います。計画表をつくって、学習内容を予定通り進める習慣を身に付けることがポイントです。

目標を決めて取り組んでいます。

「漢字を○字覚える」「計算ドリルを○ページやる」など、具体的な目標があると学習に取り組むきっかけとなります。少ない時間でも自ら学習することが大切です。

テレビや音楽を消して、落ち着く場所で勉強しています。

まずは、はじめをつけ、「勉強する時は、集中してやる」という習慣を身に付けることが大切です。

机の上は整頓されています。

机の上に物がたくさんあると気が散ってしまいます。まずは、机の上を整理しましょう。机の上には、勉強に必要な道具（教科書、ノート、ワーク等）だけを、置くようにすることが大切です。

声に出したり、ノートに書いたりして、勉強をすすめています。

教科書を見ているだけでは、なかなか頭に入りません。声に出して教科書を読んだり、ノートに書いたりして勉強をすることは大切なことです。

分からない問題は、教科書を見たり、調べたりして勉強をします。

分からない問題をそのままにしないでしょか。分からない問題は、教科書等で確かめることが大切です。それでも分からない時は、先生に聞くなどして、問題を解決するようにしましょう。





保護者の悩み

- ① 宿題以外のことをやらないのですが・・・。
- ② 仕事が忙しくて、細かく見てあげるのが大変です。
- ③ 「先生と教え方が違う」と言われてしまいます・・・。

先生からのワンポイントアドバイス

- ① 低学年では、まずは宿題を頑張ったことをほめてあげましょう。宿題に自ら取り組んだことに対して、「よくがんばったね」という言葉かけが次の学習への意欲につながっていきます。
- ② 低学年では、学習の習慣を身に付けることがとても大切です。保護者の方も大変だと思いますが、短い時間でもいいので一緒に取り組む時間をつくりましょう。
- ③ 「先生と教え方が違う」と子供が言うときがあると思います。そのときは、保護者の方も教科書やノートを見て教えてあげてください。



具体的には下記のような学習が考えられます。

1 国語

- ・教科書を毎日続けて読ませましょう。
- ・楽しみながら、大きな声で読ませましょう。
- ・句読点（「、」「。」）に気を付けて、読ませましょう。
- ・ひらがな・カタカナ・漢字を正しい書き順で丁寧に練習させましょう。
- ・国語の教科書の文を、正しく早く書き写せるように練習させましょう。



2 算数

- ・まずは、ゆっくりでいいので、正しく計算できるよう練習させましょう。
- ・正しく計算できるようになったら、少しずつ早くできるように練習させましょう。
- ・たし算・ひき算、九九の計算練習は、毎日取り組み確実にできるようにさせましょう。
- ・算数の問題づくりをして、楽しみながら学習を進めるようにしましょう。

3 その他

- ・楽しかったことなど、自分の言葉で絵日記を書かせましょう。
- ・筆箱の中に、鉛筆などをそろえて学校に行かせましょう。
- ・絵本などを一緒に読んでみてはどうでしょうか。
- ・興味をもったことがあれば、一緒に調べてみてはどうでしょうか。
- ・なわとび、てつぼう、体づくりにもチャレンジさせてみましょう。



保護者の悩み

- ① どうやって教えていいのか迷います。
- ② なかなか子供の学習を見る時間がないのですが・・・。
- ③ 習い事が少しずつ増えてきて大変です。

先生からのワンポイントアドバイス

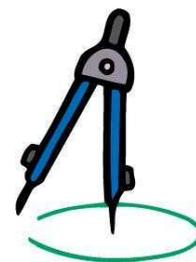
- まずは、子供と一緒に教科書等を開いてみましょう。きっと、覚える漢字の量の多さ、かけ算やわり算を使った計算の複雑さに気が付くと思います。そこで、ノートや教科書のまとめのページを開いて、学習のポイントを復習していきましょう。
- お忙しい家庭も多いと思います。勉強を教えようとするのではなく、学習したことを認めてあげることが大切です。「今、何の勉強をしているの?」「分からない勉強はある?」などと声をかけてもらうだけで、子供たちのやる気が変わってきます。
- 習い事と勉強の両立は大変ですが、そのような時こそ時間を区切って勉強することが大切になります。家庭学習をする時間を子供と一緒に決めてみませんか。



具体的には下記のような学習が考えられます。

1 国語

- 繰り返し音読をすると、文章をすらすらと読むことができますようになります。毎日続けさせましょう。
- 新出漢字は、ドリル等の見本をみて、丁寧に繰り返し練習させましょう。
- 漢字の学習では、国語辞典や漢字辞典を使えるようにさせましょう。
- 物語や説明文の内容について、親子で話してみませんか。



2 算数

- 教科書やドリルを使って、習ったことを繰り返し練習させましょう。
- 三角定規や分度器、コンパスなどを正しく使えるように練習させましょう。
- 基礎・基本のたし算・ひき算、九九の計算は正しく言えるように練習させましょう。

3 その他

- 自主学習に挑戦させましょう。
日記、語句の意味調べ、地図帳を使っての特産物調べ、興味のあることについての調べ学習など
- 練習問題等はやりばなしにせず、終わったら答え合わせをさせましょう。

保護者の悩み

- ① ゲームばかりして、なかなか勉強しないのですが・・・。
- ② 勉強する内容が難しくなり、教えることができないのですが・・・。
- ③ 家庭学習をする課題がなかなか見つからないのですが・・・。

先生からのワンポイントアドバイス

- ① 計画表をつくり、ゲームをする時間やゲームをしない日を決めましょう。その日の予定の家庭学習を終えたらシールを貼るなどの工夫も一つの手手段だと思います。
- ② 高学年になると、勉強の内容がかなり高度になり、教えることも難しくなります。基本的には見守るという姿勢でいいと思いますが、質問してきたときは、一緒にお子様と考えることも大切なことです。理解できないことがあったら、担任に相談するよう声をかけてみましょう。
- ③ まずは、学校で学習した内容の復習が大切です。教科書やドリルの問題は繰り返し学習すると定着します。また、自分の興味・関心があることについて自主学習として取り組むことも大切なことです。



具体的には下記のような学習が考えられます。

- 1 国語
 - ・音読を継続させるとともに、詩や俳句などを朗読させましょう。
 - ・新出漢字は、ドリル等の見本をみて、丁寧に繰り返し練習させましょう。
 - ・学校で習った漢字を使って、日記などの文章を書かせてみましょう。
 - ・国語辞典や漢字辞典を積極的に活用し、分からない言葉は自分で調べるようにさせましょう。
- 2 算数
 - ・教科書やドリルを使って、習ったことを繰り返し練習させましょう。答えが配布されている時は答え合わせも自分でさせ、特に間違ったところを繰り返し練習させましょう。
 - ・教科書の問題ができるようであれば、少し難しい問題にも取り組ませましょう。
- 3 社会 理科
 - ・教科書の内容をしっかり復習させましょう。
 - ・テレビや新聞などのニュースを一緒に見て、家族の中で話題にし、関心をもたせましょう。また、それに関係する本を読んだりしてみましょう。
 - ・地名や国名などを地図帳や地球儀を使って、正確に覚えさせましょう。
- 4 その他
 - ・日記、語句の意味調べ、都道府県の位置の確認、歴史年表づくり、歴史上の人物調べなどに挑戦させましょう。
 - ・新聞をスクラップし、ノートに自分の考えをまとめる学習にも挑戦させましょう。
 - ・簡単なテストをしてあげるとやる気が一層出ます。保護者から簡単な問題を出してあげてみてはどうでしょうか。



中学校



保護者の悩み

- ① 部活動が忙しくなり、勉強との両立が難しくなってきました。
- ② 勉強内容が難しく、アドバイスができません。
- ③ 受験への不安が頭から離れません。

先生からのワンポイントアドバイス

- ① 中学生になると勉強と部活動との両立が課題になります。大切なことは、時間の管理です。「何時から何時までは勉強をする」というようなけじめが小学校以上に求められます。
- ② 中学校では、授業内容が高度になることから授業への予習・復習が大切になります。まずは教科書や学校で使っている問題集等から取り組みましょう。分からないところはそのままにせず、先生や友達に聞いてみるようにさせましょう。
- ③ 受験については、お子様自身が一番不安を感じていることだと思います。一緒に進路について相談にのってあげることは大切なことです。まずは、受験までのスケジュールを立てさせましょう。そして、そのスケジュール通りに学習が進んでいるか、確認をしながら励ましてあげましょう。



具体的には下記のような学習が考えられます。

1 各教科

- 教科書や学校で使っている問題集・ワーク等をつかって予習・復習をさせましょう。
- 毎日時間を決めて、机に向かわせましょう。

【予習】

- ・教科書の内容を読んだり、分からないことを調べたりさせましょう。
- ・文章の意味調べや英単語を事前に調べたり、覚えたりさせましょう。

【復習】

- ・教科書や学校で使っている問題集・ワーク等を使って、学校の授業内容を復習させましょう。
- ・問題集などで間違えたところはもう一度やらせましょう。
- ・定期テストがあった場合は、できなかった問題をやり直すのが効果的です。粘り強く取り組ませましょう。

2 定期テスト対策

- ・定期テストに向けて、学習計画をしっかりと立てさせましょう。そのことが受験に向けても計画的に学習できる習慣につながります。
- ・学校で使っていたワークや問題集をできるまで、何度もやり直しさせましょう。
- ・自分なりの目標を設定させ、その目標を到達できるように励ましていきましょう。



青梅市

「青梅子どもルール」～5つの約束～

- ・明るくなかよく元気よく、思いやりの心をもって行動しよう
- ・みんなと協力し、力を合わせて、何ごともりのこえていこう
- ・心やさしく、笑顔であいさつをしよう
- ・豊かな自然を愛し、文化や伝統を大切にしよう
- ・いのちの尊さを知り、自分の体を大切にしよう

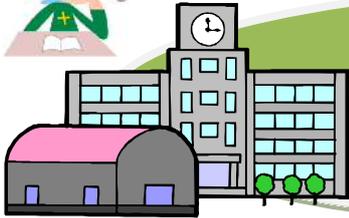
家庭学習のすすめ 活用の手引

青梅市教育委員会では、子供たちの家庭学習の確立を目指して、「保護者用の家庭学習のすすめ（平成24年度）」、「児童・生徒用の家庭学習のすすめ（平成25年度）」を学力向上推進委員会と協力して作成しました。

各学校の家庭学習に関わる優れた取組を参考にして、内容を吟味しています。家庭での学習習慣の確立への一層の充実に向けて、各学校の実態に合わせてこのリーフレットを役立てて下さい。

青梅市教育委員会

■児童・生徒用の「家庭学習のすすめ」の中でとりあげた家庭学習は、次の3つです。



学校での授業

連携・協力

<家庭生活の中で>



1 宿題



2 復習・予習

3 自主的な学習

家庭生活の中で、宿題や復習・予習という形で学習を補うと、子供の学びが連続し、学習内容の定着を図ることができる。

○保護者への情報提供

保護者会や個人面談などの機会に、家庭学習の意義や家庭での生活習慣との関連を伝えるとともに、家庭学習に対する保護者の問題意識を高める。

○保護者への情報提供
家庭学習についての子供たちの取組の様子について、こまめに情報発信を行う。



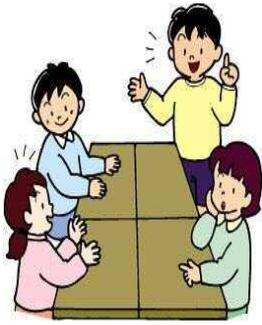
保護者の家庭学習への考え方、家庭での子供の家庭学習への取り組み方を聞く場を設け、学校での指導に生かす。

保護者との連携

○保護者への情報提供
家庭学習を通して、学校が子供に身に付けさせたい力や、そのために必要な手だてを保護者に分かりやすく説明する。

○保護者への情報提供

学年や発達段階に応じて、家庭学習における子供に対する保護者のかかわり方を一緒に考える。



かていがくしゅうのすすめ

❁ 青梅市立小学校 1・2年生用 資料 ❁



平成25年10月
青梅市教育委員会
学力向上推進委員会

べんきょう名人へのみち！

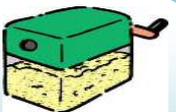
① はやね はやおき あさごはん。

② すすんで おうちで べんきょうしよう。

③ よいしせい ただしいえんぴつの
もちかたで べんきょうしよう。

④ ていねいにとりくもう。

⑤ みなおしをしよう。(いえの人にみてもらおう)

⑥ がっこうのじゅんびは まえのひに  やろう。(えんぴつも かならず けずろう。)

かていがかくしゅう

おうちでべんきょうをすると...



学校のべんきょうが
たのしくなるよ。

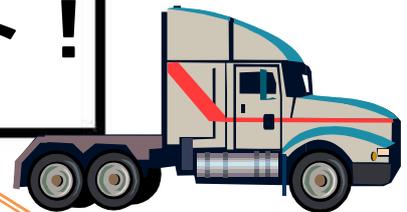
ポイント 1

好きなことのまえに
べんきょうしよう。

ポイント 2

はじめたら
さいごまでつづけよう。

「おうちで べんきょう！」の
4つのポイント！



ポイント 3

しゅくだいは
かならずやろう。

ポイント 4

しゅくだいのほかにも
・ほんをよんでみよう。
・につきをかいてみよう。
・うんどうをしよう。



1年 組 番
2年 組 番

なまえ
名前
