

角田市学力向上ゆめプラン

かくだっ子パワーアップのための
家庭学習のてびき



角田市教育委員会
角田市学力向上推進委員会

はじめに

角田市では、平成27年度からの3年間、「角田市学力向上ゆめプラン」を基にした各学校の取組により、確かな学力の育成を目指しています。

小・中学校の学習は、将来社会人として自立するための基礎となるものです。特に「読むこと」「書くこと」「話すこと」「聞くこと」「計算すること」は生きる力の土台となります。学校で学んだことを家庭で復習することは「知識」や「技能」の定着につながります。予習は、授業での理解を早めます。

家庭で教科書を読んだり、ノートに書いたりすることで、学校で学習した力が何倍にも高められます。また、毎日続けることで、自分で計画を立てる力や忍耐力も身に付いていきます。

そこで、家庭においても学習を習慣化できるように、このたび角田市教育委員会では、角田市内小・中学校の研究主任等の先生方で組織する「角田市学力向上推進委員会」の協力により「家庭学習の手引き」を作成いたしました。

この手引書をぜひ、「家庭学習」にご活用ください。「継続は力なり」です。



もくじ

- 1 学力を高める家庭学習 5つのポイント・・・P1
- 2 家庭学習のすすめ・・・P2～5
- 3 家庭学習のすすめ方・・・P6～10
 - ①かていがくしゅうのすすめかた（1年生）・・・P6
 - ②かてい学しゅうのすすめかた（2年生）・・・P7
 - ③家庭学習のすすめ方（3、4年生）・・・P8
 - ④家庭学習のすすめ方（5、6年生）・・・P9
 - ⑤家庭学習のすすめ方（中学生）・・・P10



学力を
高めるための

家庭学習5つのポイント

ポイント1

学習ができる環境をつくる

- 机の上を整とんする
- テレビや音楽を消して勉強する

ポイント2

家庭学習の基本は「教科書」

- 教科書を声に出して読む
- 漢字や文章をノートにきちんと書く
- 計算練習に取り組む
- 復習や予習に取り組む

ポイント3

学習の時間のめやす

- 小学生「学年×10分+10分以上」
 - 中学1年生・・・90分以上
 - 中学2年生・・・120分以上
 - 中学3年生・・・150分以上
- をめやすに、毎日続けることを
目指しましょう

ポイント4

子どものやる気を引き出す

- ほめる、認める、励ます
- 他の子どもと比べないようにする
- ふだんから子どもに声を掛け、
その子のよさを言葉にして表す

ポイント5

家の生活の約束事やルールをつくる

- 寝る時刻や起きる時刻を決める
- 朝食をしっかりと食べる
- あいさつや返事をきちんとする
- 家族の一員として家の手伝いをする

★月に1回は

「ノーテレビ・ノーゲームデー」の日を
決めましょう

★読書に親しむ日を決めましょう

読書は「読い力」を高めます

家庭学習のすすめ



1 家庭学習のねらい

① 学校で学習したことを振り返らせ、学習内容の定着を図ります

- ・ 学校で学習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。特に漢字や計算などは学校だけの学習では忘れて、なかなか定着できません。

学校で学習したことを家庭でも繰り返し毎日練習することが大切です。

② 自分から学習に取り組む習慣と継続して学習する態度を身に付けます

- ・ 毎日欠かさず家庭学習を続けることにより、自ら進んで学ぶ習慣や学ぶ楽しさ、喜びを知ることができます。
- 毎日続けることにより、勉強することが面倒でなくなり、やがて当たり前の生活習慣になります。計画を立てて学習に取り組む習慣を身に付けるために、低学年のうちから毎日家庭学習をすることが大切です。

③ 脳を鍛え、根気や集中力を養います



- ・ 「読むこと」「書くこと」「計算すること」などの反復練習を続けることにより、脳が活性化するとされています。
- 脳の老化を防ぐために、子どもだけでなく大人も本を音読したり、計算問題に取り組んだりしています。
- 脳は筋肉と同じで、鍛えれば鍛えるほど発達するとされています。また、テレビやゲームの誘惑に負けず、決まった時間に学習に取り組む習慣は、我慢強さ、根気や集中力を養うことにつながります。

④ 家族のふれあいの機会をふやします



- ・ 子どもが本を読んでいるときにそばで聞いてあげる、勉強が分からないときに一緒に調べるなど、家庭学習をしている子どもに親がかかわることにより、家族のふれあい（コミュニケーション）ができます。低学年のうちは、親が本を読んであげたり、一緒に読書をしたりする（親子読書）のもよいと思います。家族のふれあいの機会がふえることにより、子どもが心身ともに健康で、自信とやる気を深めるとともに学力も伸びます。

2 学習習慣は生活習慣の一部～規則正しい生活習慣を



①「早ね・早起き・朝ごはん」の実践を

- ・小学生の場合、睡眠時間は大人と違い、8時間は必要だと言われています。

睡眠中に、体と脳が成長します。早起きしてゆとりをもって生活ができるようになると、おなかがすいて、朝食をきちんと取れるようになります。朝食を必ず取るようにしましょう。

脳も体も元気になり、学校での生活が意欲的になります。

②集中力を身に付けます

- ・一日の中で、テレビを見たり、ゲームをしたりする時間と学習する時間を親子で話し合って決めましょう。また、家族の一員であるとの自覚をもたせ、家の手伝いなど家庭での役割をしっかりとませましょう。
- ・集中して学習ができるように、テレビを見たり、おやつを食べたりしながらの「ながら学習」を止めましょう。



3 「やる気」を大切にし、可能性を伸ばす働きかけを



○成長に応じたかかわり方を

・小学校低学年（1，2年生）・・・「やる気」を伸ばしましょう！

「一人でできる」ということがあると思いますが、実際にはなかなか一人でやるのが難しいものです。したがって、保護者の協力は欠かせません。そばで見守り、やる気を失わせない温かい励ましの言葉を掛けて、やる気を育てましょう。

・小学校中学年（3，4年生）・・・「自立の芽」を育てましょう！

何とか自分で決めて行動しようとする気持ちを持ち始めます。しかし、一方ではなかなか自分への甘えを克服できない時期でもあります。子どもの心の葛藤を知り、温かく見守ったり、ちょっと手を差し伸べてあげたりするなど保護者の心の余裕も必要です。

・小学校高学年（5，6年生）・・・「自主性」を大切にしましょう！

学習に対して自分なりの見方，考え方をもち始めます。

自分なりに選択したり，工夫したりしていることを大いに認め，励まし，意欲的に取り組めるようにしましょう。



・中学生

思春期を迎える子どもたちですから、自尊心が一層強くなります。

あまり口うるさく強制したり、間違いをきつくとがめたりすると逆効果になることもあります。

子どもががんばっている様子を見たら、具体的に言葉に表して認めて

あげてください。反対に、学習に対し目標をもてずに悩んでいるときには、



とにかく話を聞いてあげることで、子どもは自分で気持ちを切り替えることができます。

お子さんに目標と意欲をもたせてください！

目標をもつと、人は、態度が変わります。

お子さんの学習に対する姿勢が変わります。

学習に取り組むお子さんの姿を見守り、がんばりを認め、

学習が終わったら大いに褒めてあげてください。

褒められると集中力が高まります。

そして、さらに励ましてあげてください。

お子さんの意欲が高まります。

意欲が、学習への集中力を支えます。



かていがくしゅうのすすめかた

1ねんせい

【がくしゅうじかんのめやす】 1ねんせい 20ぷん いじょう

※ まいにち かていがくしゅうにとりくみましよう

※ がくしゅうじかんは おうちのひとと そうだんしてきめましよう



1 かていがくしゅうをはじめるまえに

- ① がくしゅうするじかんになったら、テレビをけて、げーむや おやつなどをかたづけましよう。
- ② がっこうからの おたよりを おうちのひとにわたして、ランドセルから しゅくだいと きょうかしよ、ノートを だしましよう。
- ③ つくえのうえや まわりをせいとんし、がくしゅうに しゅうちゅうできるようにしましよう。
がくしゅうに つかうものをそろえて、
しせいを だたくして つくえに むかいましよう。



2 かていがくしゅうを はじめましよう

- ① きょうの しゅくだいをしましよう。
- ② おうちのひとに みてもらうか、じぶんで みなおしをしましよう。
- ③ こくごで がくしゅうしたところを おんどくしましよう。
さんすうは、きょうかしよや ノートをひらいて、きょう がくしゅうしたもんだいを もういちど
といてみましよう。わからないもんだいは、おうちのひとに みてもらうか、つぎのひ、せんせい
に ききましよう。そのほかの がくしゅうも、なにを がくしゅうしたか おもいだして、おうちの
ひとに はなしてみましよう。
- ④ つぎのひ がっこうで がくしゅうするところの きょうかしよを よんでみましよう。

3 かていがくしゅうが おわったら

- ① つくえのうえを かたづけましよう。
- ② えんぴつをけずり、じかんわりひょうや れんらくちょうをみて、
つぎのひの もちものを じゅんぴしましよう。



4 けんこうなからだと ころをそだてるために「はやね・はやおき・あさごはん」のすすめ

- ① よるは はやくねて、まいあさ きまったじこくに おきましよう。
- ② あさごはんを しっかりたべて、トイレを すませてから がっこうにいきましよう。
- ③ おうちのてつだいをしましよう。
- ④ てんきのいいひは、そとで からだをうごかして あそびましよう。

【学しゅうじかんのめやす】 2年生 30分 いじょう



- ※ まい日 かてい学しゅうに とりくみましょう
- ※ 学しゅうじかんは おうちの人と そうだんしてきめましょう

1 かてい学しゅうをはじめるまえに

- ① 学しゅうするじかんになったら、テレビをけして、ゲームやおやつなどをかたづけましょう。
- ② 学校からのおたよりをおうちの人にわたして、ランドセルからしゅくだい、きょうかしよ、ノートを出しましょう。
- ③ つくえの上やまわりをせいとんし、学しゅうに しゅう中できるようにします。学しゅうに つかうものをそろえて、しせいを正しくしてつくえにむかひましょう。

2 かてい学しゅうを はじめましょう

- ① きょうの しゅくだいをしましょう。
- ② おうちの人に 見てもらうか、じぶんで見なおしをしましょう。
- ③ こくごで 学しゅうしたところを 音どくしましょう。
さんすうは、きょうかしよや ノートをひらいて、きょう 学しゅうしたもんだいを もういちど といひみます。わからないもんだいは、おうちの人に見てもらうか、つぎの日、先生に ききましょう。そのほかの学しゅうも、なにを学しゅうしたか おもひ出して、おうちの人にはなしてみましょ。
- ④ つぎの日、学校で 学しゅうするところの きょうかしよを よんでみましょ。

3 かてい学しゅうが おわったら

- ① つくえの上を かたづけましょ。
- ② えんぴつをけずり、じかんわりひょうや れんらくちょうを見て、つぎの日の もちものを じゅんぴましょ。



4 けんこうなからだと ころをそだてるために「早ね・早おき・あさごはん」のすすめ

- ① よるは 早くねて、まいあさ きまったじこくに おきましょ。
- ② あさごはんをしっかりとべて、トイレをすませてから学校にいましょ。
- ③ おうちの手つだいをましょ。
- ④ 天気の良い日は、そとで からだをうごかして あそびましょ。

家庭学習のすすめ方

3, 4年生

【学習時間のめやす】 ※ 「学年×10分 + 10分以上」

小学3年生 40分以上 小学4年生 50分以上



※ 毎日 家庭学習に取り組みましょう

※ 学習時間は おうちの人と相談して決めましょう

1 家庭学習を始める前に

- ① 学習する時間になったら、テレビを消して、ゲームやおやつなどの後片付けをしましょう。
- ② 学習する場所の周りを整頓し、学習に集中できるようにしましょう。
- ③ 学習に必要な用具をそろえて、姿勢を正しくして机に向かいましょう。

2 家庭学習を始めましょう

- ① 今日の宿題(音読・漢字練習・学習プリントなど)をしましょう。
- ② 自主学習をしましょう。
 - ・ 今日、学習した国語や算数の復習をしましょう。
 - ・ そのほかの教科の復習をしてみましょう。
 - ・ 分からない問題を、もう一度練習して、おうちの人に見てもらうか、次の日、先生に聞きましょう。
 - ・ 次の日の学習の予習をしてみましょう。

3 家庭学習が終わったら

- ① 机の上や学習する場所の周りを片付けましょう。
- ② えん筆をけずり、時間割表や連絡帳を見て、次の日の持ち物を準備しましょう。

4 健康な体と心を育てるために～「早ね・早起き・朝ごはん」のすすめ

- ① 夜は早く寝て、毎朝決まった時刻に起きましょう。
- ② 朝ごはんをしっかり食べて、できるだけトイレをすませてから学校に行きましょう。
- ③ 自分の役割を決めて、おうちの仕事を手伝いましょう。



家庭学習のすすめ方

5, 6年生

【学習時間のめやす】※「学年×10分 + 10分以上」

小学5年生 60分以上 小学6年生 70分以上



- ※ 毎日 家庭学習に取り組みましょう
- ※ 学習時間は おうちの人と相談して決めましょう

1 家庭学習を始める前に

- ① 学習する時間になったら、テレビや音楽を消して、学習する気持ちに切りかえましょう。
- ② 学習する場所の周りを整頓し、学習に集中できるようにしましょう。
- ③ 学習に必要な用具をそろえて、姿勢を正しくして机に向かいましょう。

2 家庭学習を始めましょう

- ① 今日の宿題をしましょう。
- ② 自主学習をしましょう。
 - ・ 教科書やノートを開いて、学校で学習したことを復習しましょう。
 - ・ 学校で学習したことを思い出して、ノートにまとめるなどしてみましょう。
 - ・ 分からないところは、もう一度考えたり、おうちの人に聞いたりしましょう。
それでも分からないときは、次の日、先生に聞きましょう。
 - ・ 次の日学校で学習するところの教科書を読んだり、計算問題を解いたりして、予習をしましょう。



3 家庭学習が終わったら

- ① 机の上や勉強する場所の周りを片付けましょう。
- ② えん筆をけずり、時間割表や連絡帳を見て、次の日の持ち物を準備しましょう。

4 健康な体と心を育てるために～「早ね・早起き・朝ごはん」のすすめ

- ① 夜は早く寝て、毎朝決まった時刻に起きましょう。
- ② 朝ごはんをしっかり食べて、できるだけトイレをすませてから学校に行きましょう。
- ③ 自分の役割を決めて、おうちの仕事を手伝いましょう。

家庭学習のすすめ方

中学生

【学習時間のめやす】

中学1年生90分以上 中学2年生120分以上 中学3年生150分以上



- ※ 目標を決めて 毎日 家庭学習に取り組みましょう
- ※ 学習時間や内容の計画を立てて取り組みましょう

1 家庭学習を始める前に

- ◆ 学習する時間になったらテレビや音楽を消して、学習するモード(気持ち)に切り替えましょう。
- ◆ 机の上や周りを整とんし、学習に集中できるようにしましょう。
- ◆ 学習に必要な用具をそろえて、姿勢を正しくして机に向かいましょう。

2 家庭学習を始めます

【宿題】

- ◆ 学校から示された課題に取り組みましょう。
- ◆ 提出期限を必ず守り、期限に遅れないよう最初に取り組むようにしましょう。

【自主学習】

- ◆ 教科ごとに示された自主学習のポイントを押さえて、毎日取り組みましょう。
- ◆ 予習・復習をしっかりと行いましょう。

3 家庭学習が終わったら

- ◆ 計画通りに取り組めたかどうか振り返り、自己点検をしましょう。
- ◆ 机の上や身の回りを整とんしましょう。
- ◆ 筆記用具(三角定規・コンパスなども)をそろえ、次の日の持ち物を準備しましょう。

4 健康な体と心を育てるために～「早ね・早起き・朝ごはん」のすすめ

- ◆ 毎朝決まった時刻に起き、規則正しい生活を心掛けましょう。
- ◆ 朝ごはんをしっかり食べて、できるだけトイレをすませてから学校に行きましょう。
- ◆ 家族の一員として、家の仕事を手伝いましょう。

5 学び方のコツや学習の方法を記録しておく

- ◆ メモ欄を設けて、学び方のコツや方法などを記録しておきましょう。





平成 27 年度 角田市学力向上推進委員会

委員長	角田市立金津中学校	校長	伊藤 浩		
副委員長	角田市立桜小学校	校長	鈴木るみ		
委員	角田市立角田小学校	教諭	小嶋留理子	角田市立角田中学校	教諭 鈴木 剛
	角田市立角田小学校	教諭	工藤和成	角田市立枝野小学校	教諭 菅野明子
	角田市立藤尾小学校	教諭	加藤和之	角田市立桜小学校	教諭 吉田裕子
	角田市立東根小学校	教諭	鈴木尉浩	角田市立北郷小学校	教諭 高橋里美
	角田市立西根小学校	教諭	齋藤大樹	角田市立横倉小学校	教諭 渡邊 淳
	角田市立角田中学校	教諭	山家 弘	角田市立金津中学校	教諭 五嶋 理
	角田市立北角田中学校	教諭	油谷 洋		

事務局	角田市教育委員会	教育総務課	理事兼教育専門監	笹森泰弘
			教育振興係長	毛利由香
			主事	小川健太郎

かくだっ子パワーアップのための

家庭学習のてびき

発行年月 平成 28 年 2 月
編集発行 角田市学力向上推進委員会
所在地 角田市角田字大坊 41
電 話 0224-63-0130