

# 家庭学習について【中学年】



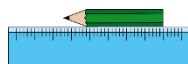
～家庭学習へのやる気を高める3つのコツを紹介します～

☆家庭学習とは、**宿題と自主学習を合わせた学習**のことです。

☆家庭学習の目安の時間は、10分×学年です。

☆家庭学習をする時間を決めて、毎日続けるようにしましょう。

☆3年生からは、少しずつ自主学習を取り入れましょう。



## ◎中学年の家庭学習◎

○3年生は30分、4年生は40分、毎日机に向かって学習するようにしましょう。

○まず宿題をします。

○宿題の他にも得意な(苦手な)学習、興味のある学習などをしましょう。(自主学習)

○最後に、連絡帳や手紙を見て、次の日の準備をします。(鉛筆も削っておきましょう)

## ◎中学年の自主学習メニュー例◎

国語	算数	社会/理科/音楽/図工/外国語/体育など
<ul style="list-style-type: none"> <li>音読や読書をする。(教科書・本・新聞など)</li> <li>漢字の練習をする。</li> <li>言葉の意味調べをする。</li> <li>日記や作文、詩を書く。</li> <li>教科書の文などをていねいに視写する。</li> <li>ふく習をする。(もう一回問題を解く。大事な個所をまとめるなど)</li> <li>予習をする。(教科書を読む、問題を解くなど)</li> <li>物語を書いてみる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>計算練習をする。</li> <li>100マス計算をする。</li> <li>教科書の問題をする。</li> <li>宿題で解いた計算ドリルの問題をもう一度解く。</li> <li>テストでまちがえた問題をもう一度解く。</li> <li>算数の問題を作る。</li> <li>復習をする。(もう一度問題を解く、大事な所をまとめるなど)</li> <li>予習をする。(教科書を読む、問題を解いてみるなど)</li> <li>コンパスで模様を書く。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>教科書を読む</li> <li>大事なことをノートにまとめる</li> <li>テストでまちがえたところをもう一度解く。</li> <li>習った曲を歌ったり、リコーダーの練習をしたりする。</li> <li>府中市や都内の区市町村について調べる。</li> <li>興味のあることについて調べ、まとめる。(本、事典、インターネットなどを使って)</li> <li>新聞やテレビのニュースで気になったことをまとめたり、自分の感想を書いたりする。</li> <li>縄跳びをする。</li> </ul>



## 1 時間と場所はなるべく同じに

習慣化のためには、「決められた時刻」に、「決まった場所」で勉強をすることが大切です。「ご飯の前」「学校から帰ってきてすぐ」、「リビング」「自分の机」など、決まったタイミングと場所で学習すると習慣化しやすくなります。「勉強をするのは子供部屋がよいか、リビングがよいか」と疑問に思われる方もありますが、環境が整っていれば、どちらでも大丈夫です。子供の勉強時間に一緒に読書をしたり、家計簿づけをしたりするのも良いようです。

- ポイント**
- 「決まった時刻に」「決まった場所で」が理想
  - 例外を作らず、必ずやる

## 2 学習に集中できる環境を

勉強中は集中を妨げる物を取り除くことも重要です。テレビやゲームの音がしていたり、机の上にマンガ雑誌がのっていたりすると集中しにくくなります。勉強する時間はテレビを消す、兄弟で同じ時間に勉強に取り組ませる、机の上を片付けて学習用具のみにするなど、集中力を削がない環境づくりをすることが大切です。また、姿勢も重要です。背筋を伸ばして座るようにお声掛けください。腰を入れた状態(「立腰」)で座ると集中しやすくなります。

- ポイント**
- 静かな場所で
  - 机の上には学習用具だけ
  - 姿勢良く

## 3 やる気を高める最大の手立て「保護者の方の声掛け」

「宿題やったの!？」子供の意欲を伸ばすには、前向きに学習に取り組める言葉掛けが不可欠です。子供が宿題を終えたら、カレンダーにシールを貼る、マーカーで記録する等、頑張りを目に見える形にして残すことも効果的です。特に低・中学年は自分で勉強のしかたを考えることが難しいため、一緒に取り組みながら、つまづいたときにヒントを出してあげるなど、子供に寄り添っていただければと思います。そして、何よりも大切なのは、お家の方が子供の学習や生活に関心をもっていているというメッセージです。人は自分に関心をもってくれる人に関心をもつようになるそうです。「目をかけ、手をかけ、言葉をかけ」て、お子さんのやる気を引き出してください。

- ポイント**
- できたことを認める
  - 目をかけ、手をかけ、言葉をかけて

## 資料1) ~家庭での過ごし方と学力 その関係~

家での過ごし方と学力には大きな相関関係があります。以下、ご参照ください。  
(東京都教育委員会実施「平成31年度児童・生徒の学力向上を図るための調査」より)

\*数字は平均正答率(%)

「学校以外で、毎日およそどのくらい学習をしますか。(塾や習い事は含めません)」

	国語	社会	算数	理科
1時間以上	74.6	73.5	70.1	63.3
30分~1時間未満	66.6	66.7	58.8	56.1
0分~30分未満	59.4	57.7	48.6	49.1

「毎日読書をどのくらいしますか。」

	国語	社会	算数	理科
1時間以上	72.8	72.0	65.4	61.9
30分~1時間未満	70.8	70.4	64.0	59.8
0分~30分未満	60.3	59.2	52.5	50.1

「家の人と、学校の出来事について話をしていますか。」

	国語	社会	算数	理科
している	70.2	68.8	62.2	58.4
たいていしている	67.1	67.0	60.2	57.0
しないことが多い	64.1	63.8	57.5	54.6
しない	58.7	57.3	50.8	48.8

いずれの調査結果からも、家庭での過ごし方が充実している児童は学力も高い傾向が見出せます。

ぜひ、各ご家庭で放課後の時間の使い方を検討してみてください。

## 資料2) 東京ベーシック・ドリルをぜひご活用ください

「自主学习で苦手な部分を補ったのだけれど、何をさせると良いか分からない。」といった悩みのある方は、ぜひ「東京ベーシック・ドリル」をご活用下さい。

「東京ベーシック・ドリル」とは、東京都教育委員会が作成した、小学校1年生から中学校1年生までの国語・算数・数学、小学校3、4年生の社会・理科、中学校1年生の英語の基礎的な学習内容及び知識を身に付けるためのドリルです。お子さんの学習定着状況に応じて、学年をさかのぼって問題に取り組むこともできます。ぜひダウンロードをしてご活用ください。

参照)「東京ベーシック・ドリル」

[http://www.kyoiku.metro.tokyo.jp/school/study\\_material/improvement/tokyo\\_basic\\_drill/](http://www.kyoiku.metro.tokyo.jp/school/study_material/improvement/tokyo_basic_drill/)

## 資料3) 姿勢と鉛筆の持ち方も気を付けてあげてください

家庭学習の際、ぜひ「鉛筆の持ち方」「座り方」も見てあげて下さい。鉛筆を正しく持つと、適切な筆圧で字を書くことができ、形の整った文字を書きやすくなります。整った形で書かれたノートは復習などでも見返しやすく、その結果、学習事項も定着しやすくなります。

また、座り方についてですが、正しく座ると長時間の学習が苦ではなくなります。腹筋や背筋もバランス良く発達するとともに、気持ちの面でも学習に向かいやすくなります。健康面に関わるので、学習中の姿勢についてもお声掛けいただけると幸いです。

