

家庭学習の手引き

～すすんで学ぶ子どもをめざして～



「学ぶ力」は家庭学習から

小・中学校の学習は、義務教育といわれ、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、「読み」「書き」「計算」は欠かすことができない力で、本校では基礎学力として日々指導しています。

基礎学力を高めるためには、学校と家庭が協力して「家庭学習の習慣」を図ることが大切です。併せて、早寝早起きの習慣、家での手伝い、スマホやゲームの時間などを決めて、基本的な生活習慣を確立させる必要があります。

ご家庭でも、家庭学習充実のために、この「学習の手引き」を手元に置き、ぜひご活用ください。

マナウス日本人学校

令和3年12月6日 改訂

家庭学習の意義

家庭学習によって、次のような教育的効果が期待できます。

(1) 家庭学習とは

- ①宿題……学校から出された問題で、主に「読む」「書く」「計算」などの基礎学力を主とした学習
 - ②自主学習……自分で学習したい問題を見つけ、それを深く調べていく学習
また、中学生の家庭学習は、目的を持ち自主的に勉強できるようにしましょう。
そのため、次のことに心がけましょう。
- 学校の授業に集中し、分かりやすいノート作りを心がけましょう。
 - 家庭学習の目的を明確にしましょう。
 - 家庭学習の内容を具体的に決めましょう。

(2) 学習内容の定着

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、毎日繰り返し練習することで定着していきます。学校で「わかった」ことが、反復練習によって「できる」という自信に変わります。

(3) 脳を鍛える

読み・書き・計算を毎日繰り返すことは、脳の活性化につながるといわれています。脳も手足の筋肉と同じように、毎日繰り返し使うことで活発に働くようになります。鍛えれば、鍛えるほど発達し、たくましくなって、脳をいろいろなことにうまく使えるようになります。小学生の頃から脳を鍛えましょう。

(4) 学ぶ習慣をつける

毎日、一定時間、決まった場所で家庭学習を続けることにより、自ら進んで学ぶ習慣が身につきます。毎日続けることで、やがて、当たり前前の習慣になり、子どもたちの「学ぶ力」を育てるという大きな力につながります。低学年のうちから、毎日欠かさず家庭学習をするという習慣を続けていきましょう。

(5) 学習に集中できる環境づくり

子どもたちにとっては、スマホやゲーム等は楽しみの一つですが、一方で、過度の利用が生活の乱れにつながると指摘されています。時間を決めて視聴するなど対策を立て、学習や読書等の時間をしっかりと確保したいものです。そのためには、家族全員の協力で学習に集中できる環境をつくるのが大切です。

(6) 家族のふれあい

低学年の頃から「本を読んでいるとき、横で聞く」「勉強が分からない時、教えたり一緒に調べたりする」など学習をしている子どもへの関わりがよいコミュニケーションになります。家族のふれあいの機会が増えることは、やがて来る思春期（大人への入口）の子どもたちへの対応や、親として適切なアドバイスが可能になり、心身ともに健やかな子どもの育成につながります。

安心・集中して学べる環境づくり

子どもが、集中して家庭学習に取り組むには、次の点に配慮することが大切です。

その1 生活のリズムを整えましょう。

- ①「早寝・早起き・朝ごはん」や朝の排便など、規則正しい生活を送らせる。
- ②睡眠時間を十分にとらせ、食事に気を配る。(8～10時間)
- ③パソコンやゲームの時間などのきまりをつくり、約束事を守らせる。

その2 学ぶ雰囲気をつくりましょう。

- ①学習の場所は、学習机でも食卓でもよいが、静かで集中できるところで行う。
(テレビを消して集中させる)。
- ②学習時間を決めて、集中的に行うようにする。
- ③身の回りの整理整頓をする(机の上は、学習に使うもののみ)。
- ④学校で使う道具・持ち物の準備、点検の習慣を身に付ける(忘れ物をしない)。
- ⑤読書の時間を決め、続けるようにする(低学年では、一緒に読んだり、音読を聞いたりすることが励みになる)。

その3 子どもとたくさん対話をしましょう。

- ①学校での出来事を聞き、子どもが学校で頑張っていることや困っていることを理解する。
- ②新聞記事やニュースなどを話題にして、社会への関心を広げる。
- ③自分の夢を探し、それを実現するための方法について、アドバイスする。

その4 努力を認め、励ましましょう。

- ①「よくできたね。」「ていねいに書けたね。」「大きな声で読めたね。」など、子どもの頑張りを認める言葉かけを行う(「どうしてできないの。」などの声かけは逆効果)。
- ②「この問題、分からない。」と言うとき、「教科書を持って来てごらん。」「お母さん(お父さん)ならこうやるよ。」と、子どもの努力に力を貸す。やってみて、どうもはっきりしないときは、「明日、先生に聞いてごらん。」とアドバイスする。
- ③物事をやり遂げるという成功体験を積みせることで、子どもに意欲と自信を持たせる。

家庭学習にいい習慣は？

- ① 学習する時帯をだいたい決めている。
- ② 時間や教科などの家庭学習の計画を立てている。
- ③ 学習する場所を整頓してから学習している。
- ④ 音楽を消して学習している。
- ⑤ ものを食べながら学習していない。
- ⑥ スマホやゲームの時間を決めている。
- ⑦ 時間にゆとりがあるときは、読書をしている。
- ⑧ 学習が終わったら、しっかり後片付けをしている。
- ⑨ 睡眠時間を 8～10 時間程度とっている。
- ⑩ 夜 9 時までには、就寝している（中学生は夜 11 時ごろ）。
- ⑪ 毎朝、食事をとっている。
- ⑫ 毎日、家族で学校のことを話題にしている。

- ① 決まった時間に寝て、決まった時間に起きている。
- ② 自分で起きている。
- ③ 寝ているとき、小さな明かりも直接目に当たらないように、部屋の環境を整えている。
- ④ 夜、うるさくないよう、部屋の環境を整えている。
- ⑤ 寝る前に、ゲームなど興奮するものは、見ないように心がけている。
- ⑥ 寝る前にものを食べないようにしている。

学力アップは規則正しい生活から

「早寝・早起き・朝ご飯」は、生活リズムの基本です。生活リズムを整えることが学力向上につながります。学校でも家庭でも、生き生きと学習に取り組めるよう規則正しい生活を送りましょう。

睡眠時間のめやす	小学生	8～10時間
	中学生	7～8時間
就寝時刻のめやす	小学生	午後7時～9時
	中学生	午後10～11時