

ねんどぼん  
2018年度版

かていがくしゅう  
家庭学習のてびき

～家庭学習の定着が学力向上につながります～



大東市立灰塚小学校

年 組	
-----	--

## ①保護者のみなさまへ



子どもたちが学校の授業で学習した内容については、「くりかえし」「積み重ねる」ことで、確かな学力の定着につながります。また、学校からの宿題などを自分で計画を立てて、学習する習慣をつけるとともに、自ら進んで自主学習などに取り組むことで、子どもは学ぶことの意味や楽しさに気づき、生涯にわたって意欲的に学び続けることができます。

平成19年度から実施されている全国学力・学習状況調査結果からも、学力が向上する要因として、生活習慣や生活意識との関係性が明らかになっています。

この度、学校での学習と合わせて、家庭での学習習慣の定着と確立を一層確かなものにしていくため、この「家庭学習のてびき」を作成しました。

自分で計画を立て、毎日決まった時間に家庭学習をすることで、規則正しい生活リズムができていきます。子どもたちの家庭学習習慣の定着と学力向上のために、この冊子が少しでも役に立てば幸いです。保護者の皆様のご理解とご協力をお願いします。また、いつでもすぐに見ることができるようになっていますようお願いします。

## ②家庭学習で大切にしたいこと



**ねらいは、**

- ①学校で勉強したことへの理解を、家庭学習で、より確かなものにし、「わかった！」という自信につなげる
- ②「くりかえし」「積み重ねる」ことで、「できた！」という自信につなげる
- ③毎日の宿題など、家庭学習を「習慣づけ」、また、計画を立てて学習することで、学習する「楽しさ」につなげる  
ことです。

**そのためには、**

- ①数十分間、静かで落ち着いた環境をつくり、整頓された机に向かい、集中しましょう
- ②決まった時間、決まった場所、決まった姿勢で取り組めるようにしましょう
- ③自分で一週間のスケジュールを立て、進んで取りかかされると、もっとよいでしょう

**親としての関わりは、**

各家庭のご事情は様々ですが、一つだけ。「ほめる」「励ます」「認める」ことをお願いします。家庭学習の場を、親子のコミュニケーションの機会としてみてください。

### ③規則正しい生活習慣について



早寝  
早起き  
朝ごはん

#### 健康の源であり、学力を支える柱です！

規則正しい生活習慣は、健康の源であり、学力を支える柱でもあります。特に、「早寝・早起き・朝ごはん」は、とても大切な3つです。

**早起き**→朝早く起きて日光を浴びると、脳が刺激されてメラトニンというホルモンが分泌されます。メラトニンは眠りを誘うホルモンで、日光を浴びてから約15時間後に分泌される性質があります。朝6時頃に日光を浴びると、15時間後の21時頃に自然と眠くなるというわけです。早起きをすると、学校に行くまでに十分な時間ができますし、学校には脳が活発に動く状態で登校できます。

**早ね**→昼の間ずっと働いた脳は睡眠によって休むだけでなく、学習や記憶のネットワークを作り、その日の学習内容をしっかりと覚えます。また、体をつくっている細胞も点検・修理され、筋肉が増えたり背が伸びたりします。よい睡眠は子ども達の心と体を成長させてくれるのです。

**朝ごはん**→脳が睡眠中に使い切ったエネルギーを補給するために必要です。よく噛んで食べることで消化吸収を助けたり、脳の機能を発達させたりするとも言われています。朝食をとった方が、学力にも心と体の成長にも良いのは周知の通りです。主食とおかずというような栄養バランスの良い朝食を食べさせてください。ご協力をお願いします。

**排便**→学校で便意を我慢してしまう子どもが多くいます。便が長く腸にとどまっているとどんどん水分を吸収されて硬くなり出にくくなり、便秘になってしまいます。時間にゆとりを持って、家で便を出す習慣をつけることが大切です。

他にも・・・

**スマホ・ゲーム**→スマホは、使い方について、家庭でのルールを親子でしっかり決めてください。また、スマホやゲームをする時間が長くなってはいませんか？「1時間まで」、あるいは「夜9時まで」とルールを決め、守らせるようにしてください。

**元気なあいさつ**→朝の登校であいさつはするけれど、声が小さかったりうつむいたままであったりの子どもがいます。家庭でのコミュニケーションの一つとして、「おはよう！」「行ってきます！」「ただいま！」「お帰り！」「おやすみ！」など、元気なあいさつができるよう、ご協力をお願いします。

**時間割や持ち物**→家に帰って、宿題や自主学習が終わったら、次の日の時間割や持ち物を用意するようにしてください。

## ④学校からはこんな宿題を出しています



学年	家庭学習の内容【宿題+α】	取り組み時間の目安
1年	<input type="radio"/> 音読 <input type="radio"/> 漢字ドリル（漢字プリント） <input type="radio"/> 計算ドリル（算数プリント） <input type="checkbox"/> その他	20分間
2年	<input type="radio"/> 音読 <input type="radio"/> 漢字ドリル（漢字プリント） <input type="radio"/> 計算ドリル（算数プリント） <input type="checkbox"/> その他	30分間
3年	<input type="radio"/> 音読 <input type="radio"/> 漢ドリル（漢字プリント） <input type="radio"/> 計ドリル（算数プリント） <input type="radio"/> 読書＜10分間＞ <input type="checkbox"/> その他	40分間
4年	<input type="radio"/> 音読 <input type="radio"/> 漢字ドリル（漢字プリント） <input type="radio"/> 計算ドリル（算数プリント） <input type="radio"/> 視写 <input type="radio"/> 読書＜15分間＞ <input type="checkbox"/> その他	50分間
5年	<input type="radio"/> 音読 <input type="radio"/> 漢字ドリル（漢字プリント） <input type="radio"/> 計算ドリル（算数プリント） <input type="radio"/> 視写 <input type="radio"/> 読書＜20分間＞ ☆自主学習	60分間
6年	<input type="radio"/> 音読 <input type="radio"/> 漢字ドリル（漢字プリント） <input type="radio"/> 計算ドリル（算数プリント） <input type="radio"/> 視写 <input type="radio"/> 読書＜20分間＞ ☆自主学習	60分間+α ☆ <u>中学校では、自分で計画を立てて、予習・復習を中心として2時間程度</u>

☆単元や、教科の進度によって、これ以外の宿題を出すこともあります。

☆「取り組み時間の目安」は、少なくともこの時間は・・・の意味です。

※インターネット環境があるご家庭では、大東市教育委員会「大東学び合いネット」へアクセスして、「大東ステップアップ学習プリント」（漢字・計算・英語）も無料で活用することができます！基礎基本の確認や自主学習として活用できます！ → 「大東学び合いネット」で検索してみてください！

## ⑤それぞれの学年で・・・



ていがくねん  
低学年（1年生・2年生）

### じどうのみなさんへ

【かていがくしゅうのポイント】

- ☆本よみは・・・大きなこえで、はっきり正しくよみましょう。
- ☆かん字は・・・ていねいにれんしゅうします。（1年生は2学きから）
- ☆けいさんは・・・できたらもう一度見直して答えを確かめましょう。
- ☆その他は・・・けんばんハーモニカどくしょなどをしましょう。

【こんなことに気をつけましょう】

- ☆「○○しながら」は、やめましょう。  
たべながら、ききながら、テレビをみながらしゃべりながらはしない!!!
- ☆なるべく、いえにかえったら、すぐにしましょう。
- ☆しせいやただしいえんぴつのもちかたにきをつけましょう。
- ☆おわったら、おうちのひとにみてもらうようにしましょう。
- ☆みてもらったら、すぐにランドセルやれんらくぶくろにいれましょう。

### 保護者の皆様へ

- ① 低学年の学習はこれからの学習の基礎になるものばかりです。  
しっかりと行き届いた学習を毎日繰り返していけるような関わりをお願い致します。
- ② 『ながら勉強』をしない習慣をつけましょう。  
テレビを消すこと、お菓子やご飯を食べながらしないことなど、学習に集中できる環境をつくるのが大切です。
- ③ 見直しをして、ぜひほめてください。  
自分から進んでできた、最後まで丁寧にやり遂げたなど、できたことをほめてあげてください。保護者の方の励ましが、次の意欲につながります。

## 中学年（3年生・4年生）

### 児童のみなさんへ

#### 【家庭学習のポイント】

- ☆音読は・・・めあてを一つ決めて気をつけて読みましょう。  
（例）「聞き手に伝わる声の大きさや速さで」「しせいよく」  
「想像しながら」「、や 。に注意して」…など  
大きな声で、はっきり正しく読みましょう。
- ☆漢字は・・・ていねいに れんしゅうします。読みがなもきちんと書く。  
新出漢字の量が、多くなっています。習った漢字をしっかりと  
覚え、使えるようにするために、繰り返し練習しましょう。  
※4年生の漢字ドリルの活用が決められています。  
10題もしくは20題を1行1題、余りマスは練習 ⇒ 1、2日目  
自力解答 ⇒ 自己採点 ⇒ ×の漢字を各1行練習 ⇒ 3日目  
3日目にテストを実施
- ☆計算は・・・たし算・ひき算・かけ算・わり算と、四則計算をマスター  
しましょう。それぞれの計算がしっかり定着するように  
しましょう。
- ☆視写は・・・4年生から視写が始まります。決められた時間で、決められた  
字数を書けるようにしましょう。
- ☆その他は・・・読書、苦手な学習、調べ学習などをしましょう。

#### 【こんなことに気をつけましょう】

- ☆ ノートやプリントでまちがいがあった場合は、必ずやり直しましょう。
- ☆ 毎日決めた時間に、決めた場所で、集中して家庭学習に取り組みましょう。
- ☆ 『ながら』勉強をしない習慣をつけましょう。

### 保護者の皆様へ

家庭学習は、自分から進んで学習する力をつけるための第一歩です。  
習慣づけるようにご協力をお願いします。

このてびきをご覧いただき、「決まった場所」で「決まった時刻」に学習  
してください。

また、何かをしながら学習することがないように、落ち着いた環境のもと  
で学習できるよう、環境づくりもよろしくをお願いします。集中すればミスも  
減り、ていねいな学習ができます。

# 高学年（５年生・６年生）

## 児童のみなさんへ

### 【家庭学習のポイント】

☆音読は・・・正確に読んだり、気持ちをこめて読んだり、すらすら読むなど、めあてをもって練習する。

☆漢字は・・・筆順、読み、とめ、はらい、などに気をつけてていねいに書いて覚えましょう。

※５、６年生の漢字ドリルの活用が決められています。

１０題もしくは２０題を１行１題、余りマスは練習 ⇒ １、２日目  
自力解答 ⇒ 自己採点 ⇒ ×の漢字を各１行練習 ⇒ ３日目  
３日目にテストを実施

☆計算は・・・今習っている練習問題を繰り返し学習する。

（小数や分数の計算などの学習が効果的です。）

☆視写は・・・原稿１枚４００字程度を約１０分で書けるようにしましょう。

へんしん視写では、ひらがなを習った漢字に書き換えましょう。

☆自主学習は・・・自分で課題を見つけ、取り組みましょう。

### 【こんなことに気をつけましょう】

☆ 毎日決めた時刻に、決めた場所で、『ながら勉強』ではなく、集中して家庭学習をしましょう。

☆ 自主学習には、目的をもって取り組みましょう。

① 毎日の学習の予習、復習

② 苦手なところの復習

③ 興味のあることについて調べてまとめる

## 保護者の皆様へ

① 家庭学習は集中することが大切です。

家族の協力のもと、テレビを消して、落ち着いた雰囲気の中で学習させてください。

② 宿題プリントやノートなどを子どもたちが持って帰りますので、目を通していただきますようお願いします。

③ 家庭学習は自力学習（自学学習）への第一歩です。

特に６年生は中学生に向けての準備期間です。自力学習の習慣をしっかりと身につけて、中学校へ進学してください。