

家庭学習のてびき

～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、学校では基礎学力として日々力を入れております。

基礎学力を高めるためには、学校と家庭とが協力して毎日の「家庭学習の習慣化」を図ることが大切です。併せて、早寝早起きの習慣化、家での手伝い、パソコンやゲームの時間など家でのルールを決めるなど、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「家庭学習のてびき」を常に手元に置き、ぜひご活用ください。

マナウス日本人学校
平成 26 年 1 月 31 日作成

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」「計算する」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整理を心がけましょう。
 - 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るのです。鍛えれば、鍛えるほど発達し、たくましくなって、脳がいろいろなことにうまく使えるようになります。小学生のうちからどしどし脳を鍛えましょう。

(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、パソコン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

低学年のうちから「本を読んでいるとき、横で聞いてあげる」「勉強が分からない時、教えたり一緒に調べたりしてあげる」など学習をしている子どもに親が関わることによりコミュニケーションが図れます。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）の子どもたちとの対応へも影響し、親として適切なアドバイスも可能になり、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、「短時間で集中的に」行うようにする。
- ③ 身の回りの整理整頓をする(机の上は、学習に使うものだけ)。
- 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(忘れ物はしない)。
- 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、音読を聞いてあげ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ませることで、子どもに意欲と自信を持たせる。

家庭学習によい習慣は？

- ① 学習する時間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する。
- 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ない。
- ⑥ パソコン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する。
- ⑨ 睡眠時間を8~10時間程度とっている。
- ⑩ 夜10時までには、就寝する（中学生は夜11時ごろ）。
- ⑪ 毎朝、食事をする。
- ⑫ 毎日、家族で学校のことを話題にした会話がある。

- ① 決まった時間に寝て、決まった時間に起きる。
- ② 自分で起きる。
- 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、部屋の環境を整える。
- ④ 夜、うるさくないよう、部屋の環境を整える。
- ⑤ 寝る前に、ゲームなど興奮するものは、見ない・しない。
- ⑥ 寝る前にものを食べない。

学力アップは規則正しい生活から

「早寝・早起き・朝ご飯」は、生活リズムの原則です。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8時~10時
	中学生	午後10~11時