

家庭学習の手引き

西池小学習部

はじめに

勉強の主たる場所は学校ですが、学習した内容を補充し、定着させるのには、家庭学習が大事です。家庭での学習を習慣付けることによって、学校で学習したことが一層身に付き、学習に対する意欲が増してきます。また、時間を有効に使いながら自分にあった学習方法が分かってきます。

子どもたちが一人一人違うように、それぞれの学習環境や生活状況はみな違います。「家庭学習の手引き」は、一つの目安です。これをもとに、ぜひご家庭で学習について話し合っ実践していただきたいと思ひます。

1 家庭学習のねらい・意義

- ① 学んだことを確実に定着させる。
- ② 勉強する習慣を身に付けさせる。
- ③ 工夫して勉強する力を身に付けさせる。
- ④ 規則正しく生活する力を身に付けさせる。
- ⑤ 集中力と粘り強さを身に付けさせる。

家庭学習には、学校から出る「宿題」と自分で取り組む「自主学習」があります。高学年になるにつれて、家庭学習の中心が「自主学習」に移っていきます。

2 家庭学習で大切なこと

- ① 集中して取り組む。
- ② やさしい勉強から取り組む。
- ③ 毎日継続して取り組む。
- ④ 保護者が励ましの声かけをする。

ポイント

- ① 時間を決めて
- ② 決まった場所で
- ③ テレビを消して

3 家庭学習時間の目安

家庭学習の時間の目安には様々な考え方がありますが、「学年×15分」を基本に考えました。※一つの目安です。

	学年	目安の時間
小学校	1年	20分～
	2年	30分～
	3年	45分～
	4年	1時間～
	5年	1時間15分～
	6年	1時間30分～
中学校	1年	1時間45分～
	2年	2時間以上
	3年	2時間15分以上

4 各学年の家庭学習の内容

学年	教科	主な学習内容
小学 1年	国語	<ul style="list-style-type: none"> ○ 教科書（国語や算数）を声に出して読みましょう。 ※ 大きな声で、ゆっくりと読みましょう。 ※ おうちの人に聞いてもらいましょう。（「西池の子」に書きましょう。） ○ ひらがなやカタカナ、漢字の練習をしましょう。 ※ ゆっくり、とめ、はね、はらい、筆順に注意して書きましょう。 ※ 分からないときは、教科書やドリルを見ましょう。 ※ 間違ったら、すぐにやり直し、正しく覚えたかおうちの人に確かめてもらいましょう。 ○ 日記を書きましょう。または、読書をしましょう。
	算数	<ul style="list-style-type: none"> ○ 今日習ったところをもう一度やりましょう。 ※ 教科書を見て、練習問題をもう一度しましょう。 ○ たしさん、ひきざんの練習をしましょう。（ドリルなど） ※ 正しくできたかおうちの人に確かめてもらいましょう。間違いはすぐにやり直しましょう。
小学 2年	国語	<ul style="list-style-type: none"> ○ 教科書を声に出して読みましょう。 ※ 大きな声で、点やまるに気をつけて読みましょう。 ○ 漢字の練習をしましょう。 ※ ドリルや教科書を見て、筆順に注意して正しく書きましょう。 ○ 日記を書きましょう。 ※ 順序よく、思ったことを入れて書きましょう。 ○ 読書をしましょう。
	算数	<ul style="list-style-type: none"> ○ 今日習ったところをもう一度やりましょう。 ※ 教科書を見て、練習問題をもう一度しましょう。 ○ たしさん、ひきざん、かけざんの練習をしましょう。 ※ かけざんは声に出して言うといいです。
小学 3年	国語	<ul style="list-style-type: none"> ○ 教科書を声に出して読みましょう。 ※ 大きな声で、点やまるに気をつけて、すらすら読みましょう。 ※ 分からない言葉は国語辞典で調べましょう。 ○ 漢字の練習をしましょう。 ※ ドリルや教科書を見て、筆順に注意して正しく書きましょう。 ○ 日記を書きましょう。 または、読書をしましょう。
	算数	<ul style="list-style-type: none"> ○ 今日習ったところをもう一度やりましょう。 ※ 教科書を見て、練習問題をもう一度しましょう。 ○ ドリルをつかって計算の練習をしましょう。 ※ 筆算には定規を使いましょう。
	社会・理科	<ul style="list-style-type: none"> ○ その日に習ったことをノートにまとめましょう。
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ○ 鍵盤ハーモニカの練習をしましょう。 ○ 植物や動物の観察や記録などもいいですね。

小学4年	国語	<ul style="list-style-type: none"> ○ 教科書を声に出して読みましょう。 ※ 大きな声で、点やまるに気をつけて、すらすら読めるようにしましょう。 ※ 分からない言葉は国語辞典で調べましょう。 ○ 漢字の練習をしましょう。 ※ ドリルや教科書を見て、筆順に注意して正しく書きましょう。 ○ 日記を書きましょう。または、読書をしましょう。
	算数	<ul style="list-style-type: none"> ○ 今日習ったところをもう一度やりましょう。 ※ 教科書を見て、練習問題をもう一度しましょう。 ○ ドリルをつかって計算の練習をしましょう。 ※ 計算練習には時間を計って取り組むことが大切です。
	社会・理科	<ul style="list-style-type: none"> ○ 習ったことをノートにまとめましょう。
小学5年	国語	<ul style="list-style-type: none"> ○ 教科書を声に出して読みましょう。(できる人は暗唱) ※ 大きな声で、点やまるに気をつけて、すらすら読めるようにしましょう。 ※ 分からない言葉は国語辞典で調べましょう。 ○ 漢字の練習をしましょう。 ※ ドリルや教科書を見て、筆順に注意して正しく書きましょう。 ○ 日記を書きましょう。または、読書をしましょう。
	算数	<ul style="list-style-type: none"> ○ 今日習ったところをもう一度やりましょう。 ※ 教科書を見て、練習問題をもう一度しましょう。 ○ ドリルをつかって計算の練習をしましょう。 ※ 計算練習には時間を計って取り組むことが大切です。 ○ 次の日の学習することを見ておきましょう。
	社会・理科	<ul style="list-style-type: none"> ○ 教科書を読んでおきましょう。 ○ 今日学習したところをまとめておきましょう。 ○ 関係のあるところの資料集を調べておきましょう。
小学6年	国語	<ul style="list-style-type: none"> ○ 教科書を音読し、すらすら読めるようにしましょう。 ※ 分からない言葉は国語辞典で調べましょう。 ○ 漢字の練習をしましょう。 ※ ドリルや教科書を見て、筆順に注意して正しく書きましょう。 ○ 日記を書きましょう。または、読書をしましょう。
	算数	<ul style="list-style-type: none"> ○ 今日習ったところをもう一度やりましょう。 ※ 教科書を見て、練習問題をもう一度しましょう。 ○ ドリルをつかって計算の練習をしましょう。 ※ 計算練習には時間を計って取り組むことが大切です。 ※ 筆算には定規、作図にはコンパス、分度器など正しく使いましょう。 ○ 次の日に学習するところを読んでおきましょう。
	社会・理科	<ul style="list-style-type: none"> ○ 教科書をすらすら読めるようにしましょう。 ○ 今日学習したところをまとめておきましょう。 ○ 関係のあるところの資料集を調べておきましょう。

5 家庭学習と規則正しい生活

「早ね・早起き・朝ご飯」は言うまでもありませんが、「きちんとした睡眠」も大事なことです。小学生の睡眠は、90分×5単位+30分 約8時間が大きな目安です。

☆1つの単位「脳の眠り（ノンレム睡眠）+体の睡眠（レム睡眠）」

※睡眠というのは、個人差の大きいものです。時間、深さ、寝る時刻などに左右されます。

小学1～2年で9時間から10時間

小学3～4年で8時間から9時間

小学5～6年で7時間から8時間

中学生で 6時間から8時間

睡眠時間の
目安と言わ
れているも
のです。

これを目安に何時に夕食をとり、お風呂、歯磨き、就寝時刻などを話し合っ
てきめると良いと思います。

家庭での生活大事なポイント

- ① いつ勉強するか、家族で決めましょう。
- ② 宿題以外にも進んで学習する習慣をつけましょう。
- ③ テレビをみたり、ゲームをしたりする時間は家族で決めておきましょう。
- ④ 学習が終わったら、明日の準備をしましょう。

- ・ 時間割
- ・ なふだ、ぼうし、ちりし、はんかち、つめ
- ・ 西池の子、プリント、えんぴつをけずる
- ・ 消しゴム、赤えんぴつ または赤ペン
- ・ 2年生以上は定規

線を引く、作図だけでなく筆算などでもきちんと定規を
使うようにしたいものです。

小学校低学年では、保護
者の見届けがとても大切
です。

小学校中学年では、自分から
机に向かう習慣をつけるこ
とが大切です。

小学校高学年では、規則正
しい生活の中で、家庭学習
の時間をきちんと位置づ
けることが大切です。

小学生のうちに、しっかりと家
庭学習の習慣が身についてい
れば、自分の目標を定め、計画
的に自ら進んで学習すること
ができる中学生になります。