

— 中学校版 —

家庭学習の手引き

家庭を学びの環境に

～すすんで学ぶ子どもを目指して～



沖縄県教育委員会



家庭を学びの環境に

～すすんで学ぶ子どもを目指して～



● 家庭学習の手引き ●

生活にリズムを！

「早寝早起きをする」「朝食をきちんと食べる」など、規則正しい生活リズムが日々の子どもの生活を充実させ、家庭学習の習慣化につながります。

「がんばり」を見のがさずに！

子どもの学習に目を向け、必要な声かけや見届け（点検）を行いましょう。ねばり強い努力を本気でほめましょう。

勉強時間を決めて！

最初は短く、だんだん長く。目安は15分×学年（中1は「7」として計算します）です。テレビを見ながら、おやつを食べながらはやめましょう。

すすんで学ぶ好奇心を！

身のまわりや社会の出来事に目が向くように働きかけましょう。PTA行事や地域行事への参加をすすめましょう。

読書に親しむ！

まずは家庭での読書や読み聞かせをしましょう。図書館や書店で本との出会いも楽しいものです。

情報（インターネット）との正しいつきあい方を！

役立つ道具ですが、同時に危険性もあわせてもっています。ルールを守り、家族の目の届くところで楽しく使わせましょう。

一緒に家事を！

家族の一員としての責任感と自立心を育てましょう。家族が協力して家事を行うことで、それぞれの大切さを学びます。

先生と連絡を！

わからないこと、困ったことは、遠慮せずに先生に相談しましょう。子どもたちのことを、先生と一緒に考えてみましょう。

保護者の皆様へ

～「確かな学力」の土台は、基本的な生活習慣の確立としつけ～

教育の原点は「家庭」にあります。子どもの教育は家庭から始まり、子どもたちは、家族との温かい関わりや体験を通して多くのことを学び、たくましく成長します。

ところが最近、「人との関わりが苦手」「学びへの意欲が低下している」など子どもたちの様々な課題が指摘され、家庭の学習面でも「学ぶ習慣は身に付いているのか?」「学習時間は確保できているのか?」などと、問われています。私たちは、今こそ学校と家庭が一致協力して、子どもたちに健康な心身と道徳性を育て、「確かな学力」を身に付けさせなければならないと考えます。

この「家庭学習の手引き」は、特に教科の学習に焦点を当て、各家庭で子どもたちが、自分の力で目標を持って学習を進めていけるよう、大切なことや具体的なアドバイス、ヒントなどを集めて作成しました。

しかし、家庭学習の習慣化を図るには、「早寝早起きをする」「挨拶をする」「家事を分担する」などの基本的な生活習慣の確立としつけが大切であり、まず家庭で取り組まなければならないと考えています。

私たちは、家庭における基本的な生活習慣の確立としつけを土台に、豊かな自然体験や社会体験を通して、子どもたちに、学ぶことの意味や楽しさ、人と関わることの素晴らしさに気づかせ、自分に自信と誇りをもってほしいと思っています。また、学んだことをぜひ家庭や地域での生活に生かしてほしいと願っております。

ご家庭の皆様にも以上の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いし、子どもたちの家庭学習がさらに充実するように、この冊子をご活用いただければ幸いです。

目次

子どもの「学ぶ力」は家庭学習から育ちます	03
我が家の凡事徹底と家庭学習	

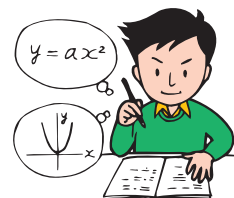
中学校1・2年生	05
計画的・継続的な学びを進める	

中学校3年生	07
励まし、自分の目標を明確にもたせる	

子どもの「学ぶ力」は 家庭学習から育ちます

そんな
大げさな！

と、思われるかもしれませんが、
実際、家庭学習に励んでいる子ども
たちには、自分に自信をもち、
積極的にあらゆる学習に取り組ん
でいる子どもたちが多いのです。



もちろん、「学ぶ力」を育てることは学校教育の重要な役割ですが、むしろ家庭での関わり方によって、その育ち方は大きく変わります。

下の図のように、家庭（保護者）と学校（教師）とが「家庭学習」を通して協力し合うことが、子どもたちの「すすんで学ぶ力」と「心身の健康」を育てていくのではないのでしょうか。

家庭と学校とが協力し合って
子どもの「学ぶ力」を育てましょう。

- 生活リズムを整え、決まった場所と時間で**学習に集中できる環境**を
- 認め、励まし、対話のある**温かいふれあい**を



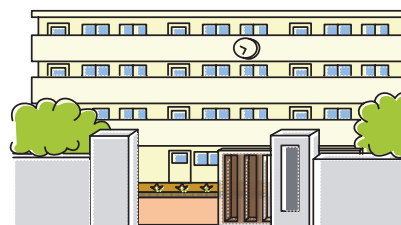
家庭で

すすんで
学ぶ力



心身の健康

- 基礎学力をつけ、学び方を教え、主体性を育てる、**学習指導**を
- 子どものよさを生かした、**家庭学習の提案**を



学校で

この
手引きは

- ・家庭学習の習慣化を目指して家庭教育を見直し、各家庭の事情に合わせた内容や方法を決めていただくための参考となるように作成しました。
- ・5ページからは、学年ごとに、家庭学習のポイントとなる事やら内容の具体例を見開きで載せています。
- ・学習上のきまりや約束をつくるために役立つアドバイスやヒントを集めています。

我が家の

「凡事徹底」と家庭学習

「当たり前の方が当たり前ができる」

いわゆる「**凡事徹底**」を
あなたの家で、学校で、地域で
いろいろなところで、やってみよう。

- ・あいさつをする
- ・人の話を聞く
- ・相手を思いやる
- ・いじめをしない
- ・時間を守る
- ・靴を並べる
- ・清掃をする など

このアピール文は、平成19年11月に
全学校に向けて発信されたものです。

アピール文では、日常生活の中で、無
理なくできる行動を提起し、学校、家庭、
地域のあり方を問い直していこうと発信し、
様々な立場の方々から「よかった！」と
大きな反響をいただいています。

生活リズムの確立や規範意識・マナー
の育成など基本的な生活習慣の確立は、「**確
かな学力**」「**豊かな人間性**」「**健康・
体力**」の土台であります。

各家庭においては、「我が家の凡事徹底」
を決めて実行していただきたい思います。

足もとを見直す！

今こそ「**家庭を学びの環境に**」する努力が、子どもたちの未来に対する大人社会
の重要な課題であると考え、この「手引き」を作成しました。

すすんで学ぼうとする力は、

子どもが一番安心できる家庭で、安定した生活リズムの中、毎日学習に取り組む

ことで育ちます。

われわれ大人はもう一度足もとを見直し、決してその時々気分や感情に流されず、
大人としての責任を自覚して、家庭学習の充実を目指しましょう。改めるべきことは改
め、当たり前のごことは、当たり前のごこととして推し進めるとともに、家庭を学びの環境
に整えていきましょう。

ちよつとひとこと

「**時を守り、場を浄め、礼を正す**」という森信三先
生の言葉があります。

この言葉は、子どもたちだけでなく、我々、大人でも、
社会人として、また、人間としても大切なことを教えています。子どもは親（教師）を見て育つと言
われます。我々大人が率先垂範して、取り組んでいきたいものです。

- 時を守る** ● 時間を守ること。時間を守ることは、相手を尊重すること。そのことにより、自
分が信用を重ねること。
- 場を浄める** ● 掃除をすること。掃除をすることの意味は5Kで表され、気づく人になれること。
①きれいな場所にする ②心を磨く ③謙虚になれる
④感動の心をはぐくむ ⑤感謝の心が芽生える
- 礼を正す** ● あいさつをすること、返事をすること。あいさつをすることの意味は、心を開いて相手
に迫ること。

中学校1・2年生

計画的・継続的な学びを進める。

中学校1・2年生
こんな時期です



学習時間のめやす

105～120分

「育ち」や「学び」の特徴

いわゆる「思春期」（大人への入り口）といわれる時期です。

- 心と体の成長がアンバランスになりがちで、不安や悩みを抱えやすくなります。
- 家族と依存したいという気持ちと、家族から自立したいという気持ちが混在します。
- 矛盾する大人の態度に反抗的になります。また、仲間や友だちの影響を強く受けます。
- 他人から見た自分を意識し、比べて落ち込んだり、無理に合わせようとしたりします。
- 中学校生活を有意義に過ごすためには、部活動との両立が大切です。

学習内容の特色(学校で)

授業の内容が大きく変わります。

- 教科ごとに先生が変わることに加え、小学校で学習する内容に比べ、中学校の内容は、質・量とともに、ずいぶん違ったものになります。

自分から課題を見つける家庭学習に変化していきます。

- 最初は宿題から、やがて自分自身で勉強方法や内容を工夫して、何をするか自分で考え、決められるようになることが大切です

家庭学習の つぼ! 3か条



その
1

予習で工夫を! 復習に重点を!

あらかじめ自分で調べたり考えたりして、授業に臨めば、課題を見つける力もつきます。

また、その日のうちに、教科書やノート、プリントを使って学習のポイントを整理し、思い出すように働きかけましょう。「継続」は「習慣」となり、いずれ「性格」にも影響します。

その
2

学校(先生)のプリントの有効利用を!

学校(先生)のプリントには学習のポイントが整理されています。有効に利用するようアドバイスしましょう。

その
3

「急がば回れ」の気持ちで!

問題に取り組んでいて分からない時は、分かるところまで戻ってやり直すとともに、間違ったところは、必ず見直すことが大切です。先生に相談することもよいでしょう。

学習課題をやりきったという達成感と自信が、さらなるやる気を起こします。

ワンポイントアドバイス

中学校
1・2年生

家庭学習
こんな内容・方法で



- 「毎日、何時間勉強する」「毎日、教科書(問題集)を何ページする」など、具体的な目標を立てよう。
- 学校の時間割に合わせて、予習復習の計画を立てよう。
- 毎日決まった場所で、決まった時間に、決まった教科書を勉強しよう。



国語

- はっきりと声に出して教科書を読みましよう。繰り返して読むことが大切です。
- 漢字は何回も書いて、確実に覚えるようにしましよう。
- 意味の分からない語句は、国語辞典で調べて確かめておきましよう。
- 小説や物語を読んで、自分の生き方を考えてみましよう。また、推薦図書はぜひ読みましよう。

社会

- 新聞やテレビで話題になっていることを、自分でも考えてみる習慣をつけましよう。
- 教科書を繰り返し読んで、内容の理解に努めるようにしましよう。
- 学習したことを、ノートに工夫してまとめてみましよう。

数学

- その日の授業で取り組んだ計算問題を、やり直しましよう。
- 教科書に載っている文章題と同じ種類の問題を、問題集などを使って解いてみましよう。

理科

- 図やグラフなどの資料を見ながら、なぜそうなるのかを考えるようにしましよう。
- その日の授業で学習したことをまとめたり整理したりするなど、ノート作りを工夫しましよう。
- テレビや新聞などで、科学に関することに疑問や関心をもって調べてみましよう。

英語

- 新出語(句)と基本文は、声に出しながら繰り返し書きましよう。
- 教科書で習った本文は、まず、声に出して読んでみましよう。読めたら、その意味を日本語で書いて、今度はその日本語を見ながら英文が書けるまで練習しましよう。
- 習った基本文型や文法を用いて、自分に関係のあることから英文で書いてみましよう。

長い休みにはこんなことを!

たとえば

- 音楽関係の情報を集め、催しに進んで参加し、いろいろな音楽に親しまよう。
- 見慣れている果物や野菜、室内の様子などを題材に、スケッチをしてみよう。
- 衣服の管理や調理、生活に役立つ「ものづくり」にチャレンジしよう。
- 健康や安全に関するテレビ番組などを家族と一緒に視聴し、家族の健康や生活を振り返ろう。縄跳びやジョギングなどの運動を続けよう。



我が家のばあい

プロゴルファー宮里藍さんの父 優さんの話

私は人生の「水先案内人」としてゴルフを通じて三人の子どもたちに「夢をもつこと」「誇りをもつこと」「努力すること」の大切さを教えてきた。子どもを一人前にするには、およそ25年という長い年月がかかる。そこに至るまで親は莫大な愛情とエネルギーを注がなければならない。子育ては人生最大の仕事なのである。現在「親業」に携わっているみなさん、がんばりましよう。

『宮里流ゴルフ子育て法 学校一番、ゴルフ二番』より
(日本経済新聞社)

ちょっとひとこと

『個室は 子失??』

～子ども部屋を閉ざさない～

子ども部屋のことが話題になっています。親の目が行き届かない、会話が減ってしまった…。家族で話し合い、ルールをつくることが大切です。「鍵をかけない」「無断で友だちを入れない」「居間に顔を出す」など、子どもの様子をきちんと把握できるように、ルールづくりをしましよう。

中学校 3年生
こんな時期です



学習時間のめやす

2～3時間

「育ち」や「学び」の特徴

まさに、人生の節目の時期です。

- 自らの進学や就職などの進路決定をする時がだんだん近づいてきます。
 - 「やらなくては」と分かっているが、思うようにならない自分に苛立ちを覚えます。
 - 気持ちが不安定になり、大人がかける言葉に敏感になり、ときには反抗することがあります。
- 進路に関する情報が不足していると、一層不安が募ります。

- 本人も保護者も、学校（先生）などから正しい進路情報を得ましょう。
- 正しい進路情報をもとにして、家族で進路についてよく話し合しましょう。
- 将来を見据えた目標をもつことが、本人のやる気にもつながります。

学習内容の特色(学校で)

- 目先の進路だけを意識すると対策的な学習になりがちです。まず、基礎・基本を確実に身につける総復習が必要です。
- 3年生の学習内容は、1・2年生の学習内容とかけ離れて難しいわけではありませんが、3年生の授業の復習と1・2年生の内容の復習をする必要があります。

中学 3年生になったら、
今一度、家族みんなで生活習慣の点検を！

👍 朝食は必ずとる！

大切なエネルギー源で脳の働きにも関係します。

👍 睡眠時間はたっぷり！

睡眠不足では疲れがとれません。夜更かしはやめ、明日の生活にベストコンディションで臨めるようにアドバイスしましょう。

👍 計画的に時間を使う！

特に部活動を引退後は、帰宅してから夕食までの時間を有効に活用して生活リズムを整えましょう。テレビなどの視聴は番組を選び、時間を決めるよう働きかけましょう。分担した家事も続けましょう。

👍 挨拶や会話を大切に！

「おはよう」「いってらっしゃい」「おかえり」の挨拶はもちろん、楽しい会話で、家族の絆を強く感じ取ることができます。

「安らぎ」と「支え」を

- 家族として、今まで以上に気を遣う時期です。子どものやる気を尊重しながらも、できるだけ家庭学習に関わっていくことが大切です。



- 子どもの将来の夢や希望、就職や進学などについて家族で話し合しましょう。
- 必要なときは、先生とも相談しましょう。
- 休憩時間、家族から出される軽食や飲み物もうれしいものです。





ワンポイントアドバイス

中学校

3年生

家庭学習

こんな内容・方法で



- 得意な教科は、問題集などでどんどん進みましょう。
- 苦手な教科は、分かるところまでさかのぼってやってみよう。
- 先生から、自分にあった学習方法をアドバイスしてもらいましょう。



まず、ノートを見て、その日の授業をふりかえりましょう。

- 詳しく知りたいことや、わかりにくかったことは、教科書や参考書で確かめましょう。
- 国語の漢字や言葉、英語の単語や文型などは、繰り返し書いて覚えましょう。
- 数学の計算や文章題は、同じ問題や似た問題を問題集で解いてみましょう。
- 社会や理科では、大切なことをわかりやすくまとめておきましょう。

テスト日をめやすにして、スケジュール管理をしましょう。

- 定期テストや教科の小テストなど、いつ・何があるかをカレンダーに書き込んでおきましょう。
- テスト範囲とテスト日までの日数を考えて、その日に何を勉強するかも書き込んでおきましょう。
- スケジュールをもとに計画的に学習に取り組めたら、カレンダーにチェックを入れるといいですね。

夏休みはこんなことを!

- 1・2年生までの総復習を集中して続ける絶好の機会です。
- 問題集などのページ数と休みの残りの日数から、1日に学習する時間や量を決めて進めます。
- 部活動を引退したら、気持ちを切り替えて計画的な勉強に一層力を入れましょう。読書を通して心を育てましょう。また、読後の感想も書いておきましょう。



冬休みはこんなことを!

- 進路希望が明確になります。進路を見据えて、ラストスパートです。出題傾向を調べ、進路希望に合った問題集などに挑戦しましょう。

我が家のばあい

我が子が中3の頃を思い出して、一言…。ズバリ、時間の有効活用が大切。テレビゲームなどに費やしている時間を、しっかり話し合って短縮し、時間を生み出すことです。子どもにだけ「見るな!」などと言って、家族が野放図に見ているのは駄目。子どもはちゃんと見ています。進学や就職の難関を突破する重要な年です。家族も協力し、努力と我慢が必要な年だと思います。

ちょっとひとこと

なぜ朝食が大切なのか?

朝食をとると、

- 体温を上昇させ、血流をよくする。
- 食事からのエネルギーが脳に供給され、活発に活動を開始する。
- 嘔む、飲み込むといった行為によって感覚神経も刺激される。



など、体全体を目覚めさせてくれます。朝食抜きは、集中力に欠けるなど脳の働きにも影響します。最近、栄養バランスのくずれや、欠食など食習慣の乱れにより、生活習慣病の増加などの問題が生じています。

「^あ当たり^{まえ}前のことが^あ当たり^{まえ}前にできる」

いわゆる「^{ぼん}凡^じ事^{てっ}徹^{てい}底」を

あなたの^{いえ}家で、^{がっこう}学校で、^{ち いき}地域で
いろいろなところで、やってみよう。

- ・あいさつをする
- ・人の^{ひと はなし き}話を聞く
- ・相^{あいて おも}手を思いやる
- ・いじめをしない
- ・時^{じ かん まも}間を守る
- ・靴^{くつ なら}を並べる
- ・清^{せいそう}掃をする など

県教育長からのメッセージ

「教育」とは、社会に出ていく子どもたちの「生きる力」をはぐくむことであり、そのためには、「知育、徳育、体育」のバランスのとれた教育を行う必要があります。生活リズムの確立や規範意識・マナーの育成など基本的な生活習慣の確立が「確かな学力」「豊かな人間性」「健康・体力」の土台であります。
みんなで、「当たり前のことが当たり前にできる」いわゆる『^{ぼん じてってい}凡事徹底』を教育のあらゆる場で推進していきましょう。

具体的な行動

たとえば、あなたの当たり前のこと (児童・生徒)

- ・自分から元気にあいさつする
- ・親や先生の話をしっかり聞く
- ・きまりや約束を守る
- ・家の手伝いをする

たとえば、保護者の当たり前のこと

- ・良いことはほめ、悪いことは叱る
- ・我が家のきまりを作り、実行する
- ・子どもの話に耳と心を傾ける
- ・朝ごはんを、生活リズムを整える

たとえば、教師の当たり前のこと

- ・児童・生徒へ声かけをする
- ・愛情をもって、ほめる・叱る
- ・情熱、使命感を忘れない
- ・常に教師が率先垂範する

たとえば、地域の当たり前のこと

- ・大人が率先してあいさつする
- ・家のまわりを掃除する
- ・地域の行事に積極的に参加する
- ・子どもによい手本を示す

あなたや、家庭・学校・地域での実践例を紹介してください。
沖縄県教育庁総務課 Tel.098-866-2705