

# 家庭学習の手引き

すすんで学ぶ「かしこい子」を目指して

朝霞市立朝霞第四小学校

朝霞第四小学校では、子供たちの学力向上に取り組んでいます。より成果をあげるためには、学校での学習に加え、家庭での学習の習慣化が大切になります。学校と家庭が協力し合い、子供たちに確かな学力を育てていきましょう。

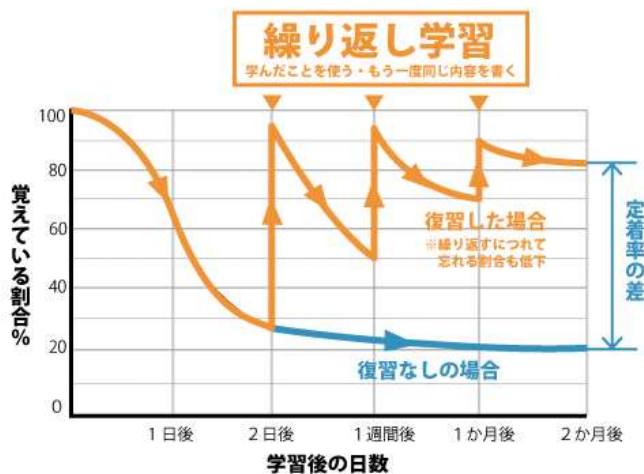
## 家庭学習の目的

### 家庭学習はなぜ必要か？

確かな学力の定着を目指すには、家庭での学習が不可欠です。学校で習っただけでは、そのときはできたとしても、時間がたつと忘れてしまいます。学校での学習を、家庭でも、継続して繰り返し取り組んでいくことで、確かな力となって身に付くのです。

右の忘却曲線が示すように、その日の授業・学習内容はその日のうちに復習することがとても有効です。何回も繰り返し復習することで学習内容の定着が図られます。

エビングハウスの忘却曲線（猫の忘れるしくみ）より



## 家庭学習の内容

### ①家庭学習→宿題+自主学習どちらも大切！

学校では、家庭学習の習慣化と基礎学力の向上のために、全学年で宿題を出します。それに加えて、ノートなどを用いた自主学習もすすめていきます。

宿題に取り組ませることで、基礎的基本的な学習内容の確実な定着を目指します。苦手分野の克服や発展的な学力の向上など、個々の目的に応じて自主的に学習に取り組むことも、中学校や上級学校への進学を考える上ではとても大切です。

### ②毎日取り組み、家庭学習を「あたりまえ」に！

自主的に学習に取り組む力を身に付けるには、まずは習慣付けが大切です。そのためには、できるだけ毎日取り組む事が大切です。ご家庭でのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

## 学習時間の目安

低学年は20～30分程度

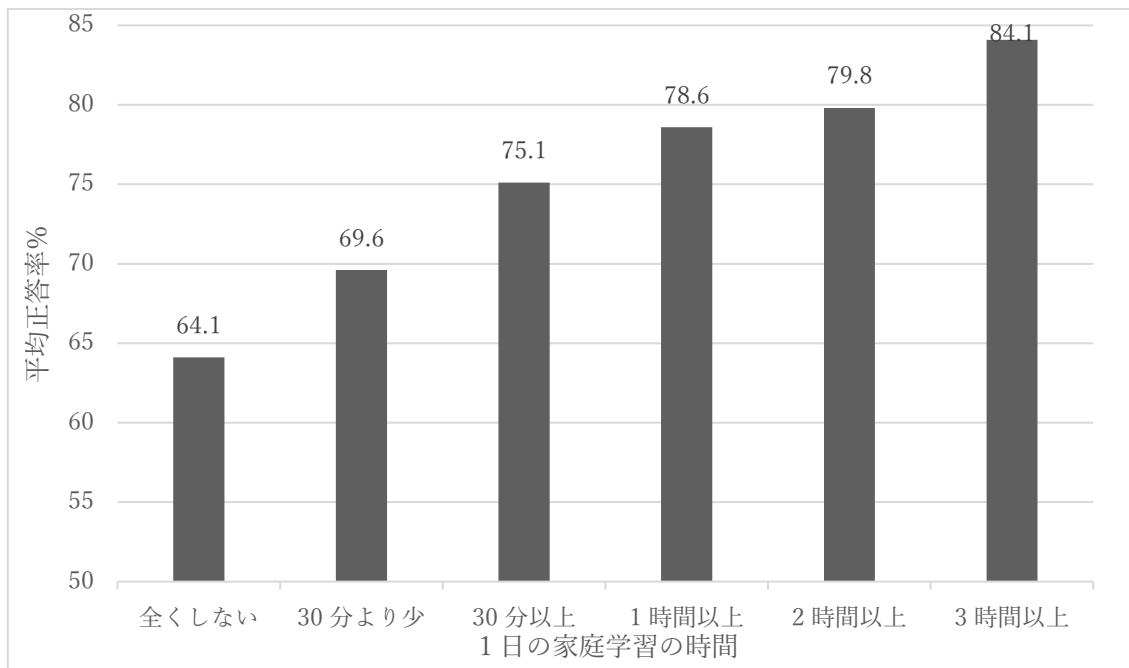
中学年は40～50分程度

高学年は60～70分程度

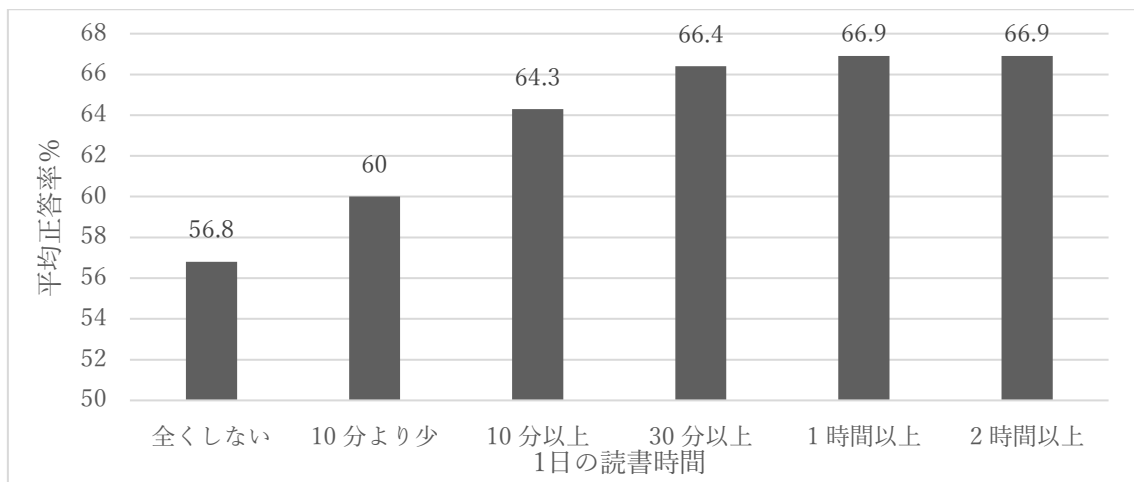
家庭での学習時間、個人差がありますから、上の時間は目安です。お子さんの学習の様子を見ながら、その子に合った時間を決めるとよいでしょう。

次のグラフからもわかるように、家庭での学習時間は多く取り組むほど正答率も上昇していますが、30分以上おこなうことがポイントです。また、読書をすることも大切です。読書は1日10分以上おこなうことがポイントです。

### 家庭学習の時間と学力の関係(全国学力学習状況調査(算数A)の結果から)



### 1日の読書時間と学力の関係(全国学力学習状況調査(国語A)の結果から)



## 生活習慣と食習慣

確かな学力を身に付けさせるためには、毎日の生活で、早寝早起き、規則正しい食事（朝食）、朝の排便などの基本的な生活習慣を確実に身に付け、子供にあった1日の生活リズムをつかませることが重要です。生活リズムを整え、早寝早起きを心がけることにより、起床してから余裕を持って食事、排便、登校の準備ができるようにしましょう。

### ○起床の目安

6時30分(授業開始2時間前)

### ○朝ごはん

脳の働きを活発にするので、バランスのよい食事を！

### ○就寝の目安

低学年：8時30分

中学年：9時

高学年：9時30分

これらのほかに、気持ちの良いあいさつや返事ができるようにすること、正しい言葉遣いができることも大切です。その場に応じた対応をすることができる。考え、判断できることの第一歩です。また靴の整頓はできているでしょうか。持ち物の管理がしっかりとできることにもつながります。



## 学習しやすい環境づくり

家庭学習を定着させるためには、子供が勉強したくなる環境づくりが必要です。そのためにできる限り雑音を省くのがポイントです。そのために、“子供が家庭学習をしているときは、家族もできる限りテレビを消す”などの協力をお願いします。個室を与えればよいかというとうそではありません。自分の部屋にはゲームや雑誌、スマホなどの持ち物があるので、誘惑が多く勉強に身が入りません。ご家庭でもどのような環境が望ましいのかをぜひ話し合ってください。

### ○家庭学習の時間を話し合って決めましょう！

○学習場所（机など）を片付け、テレビやゲームなどを消し、静かな環境を確保しましょう。

○自主学習の内容を確認し、励ましてあげてください。お子さんのやる気アップにつながります。

## がんばりを認め励ます魔法の言葉

こんな言葉かけをしてみたらどうでしょう。

- ・ていねいに書けたね。
- ・よく考えているね。
- ・この問題が解けたのはすごいね。
- ・時間に始められたね。
- ・前より上手になったね。
- ・大きな声で読めたね。



## 保護者のかたは教材を与えて終わり、ではない

子供に家庭学習の習慣を身につけさせるには、保護者のかたが積極的に学習に関わる必要があります。というのも、教材を与えてやらせるだけでは、勉強の楽しさはなかなか感じられないからです。ひとりで学習することの楽しさを知ることができるのはもう少し先のこと。この時点では、ひとりで学習してつまずくことが増えてしまうと、勉強できない、イライラする、勉強がいや…という悪循環につながってしまうかもしれません。

子供が学習している間、保護者のかたはできるだけそばでつきそい、困っていたら声をかけるようにしましょう。質問されたらすぐに答えられるようにし(できれば答えそのものより考え方のヒントなど)、保護者のかたにとっても何かしらの勉強になる時間になるといいですね。

「あとで答え合わせをする」というのもいいのですが、やはりもっともその問題に対して集中しているときに解決しておいたほうが、記憶しやすくなります。短い時間の間で「わからなかった、でも解決した」という達成感を実感させることが大事なのです。つきっきりでいる必要はありませんが、姿が見える場所か、呼ばれたらすぐに行ける場所での学習がおすすめです。

(by ベネッセ)



## 3ヶ月は我慢強くささえる

学力の遅れがちな子供を持つ親は、えてして教え込もうとして失敗します。親のなすべきことは、目標を持たせることと、毎日続けてやっていくように援助してやることです。勉強を苦しめないで、日課としてやるようにしつけていくことです。

よたよた歩きなのに、「あんよは上手」とほめたり、励ましたりした一昔前を思い起こして下さい。親身になって手を貸してやらなければなりません。いま、わが子は、背丈こそ伸びて親を追いこすまでになっていますが、心身共に勉強を続けてやり通せる力といったら、けっこう赤ちゃん並なのです。自立して、勉強に打ち込むようになるには、時間がかかります。まず、親の根気が、家庭学習の習慣がつくかどうかのカギとなっています。

家庭学習を習慣化するには、最低3ヶ月の間、親は我慢強く支えてやらなければなりません。10日や20日で、学力がそう簡単には伸びないのと同じく、勉強する習慣も10日や20日といった短期間ではつかないのです。(by きっずゼミ)

## 低学年の家庭学習の目的は、机に向かう習慣をつけること

漢字もやってほしい、算数も学んでほしい…と、低学年の子どもにたくさんの問題集を与えても、勉強の習慣は身につけません。いやなことを押し付けられ、逃げたいと思う気持ちが強くなってしまいます。低学年のうちにあくまでも「勉強をしようと思い、机に向かう習慣をつける」ことを重視しましょう。

ただ、小学校低学年の子どもの場合、宿題であっても、保護者のかたの思い通りに、すぐに動かないことも多いです。そんなときは、まず、「子どもの話を聞く」ことをおすすめします。まず、学校での出来事を聞き、そのひとつとして学習してきた内容を子どもに話してもらうことは、今日、学習した内容の簡単な復習にもなります。

また、今日、学校で学習した内容でわかったところ、わからなかったところも、丁寧に聞いてあげることで、子どもにとっても何を勉強したか、どこがわからないかなど、はっきりしてきます。子どもの話を聞きながら、宿題があれば、宿題を一緒に考えたり、宿題を子どもにさせたりして、それを保護者のかたがすぐそばで見ているとあげれば、子どもも安心して学習に取り組んでいくことができます。これを繰り返すことで、習慣化していけるはず。

気持ちを切り替えられる環境づくりもできるといいですね。例えば、テレビを消す、ゲームをしまうなど、今から勉強をするのだという少しの緊張感をつくります。

年が近いきょうだいがいる場合には、下の子にもお絵かきなどで勉強タイムに付き合わせしてみるのもいいですね。(by ベネッセ)