

平成27年度版

家庭学習の手引き・家庭学習のすすめ

北九州市立篠崎中学校 学力向上推進担当

家庭を学ぶの場

※学校では授業に集中して、学校での学びを支える家庭学習の習慣を身につけましょう。

中学生になると部活動なども始まり、生活リズムが大きく変わります。「早寝・早起き」「しっかり朝食をとる」などの基本的な生活習慣を見直す必要があります。また、この時期は、心も体も急激に成長しますが、バランスが崩れ、ちょっとしたことで不安や悩みを抱え、気分が不安定になることもあります。子どもは、保護者に自分の成長を見守っていただきたいと思います。



「誉める・叱る」のバランスを取り、自尊感情を高めましょう

我が子を育て伸ばすには、保護者がその長所を知り伸ばし、短所を自覚させることが大切です。誉めることは長所を伸ばし、自信を持たせることにつながり、叱ることは短所を自覚させ抑止する効果もあります。しかし、難しいのがその「バランス」です。両方とも行き過ぎると効果が薄れ、逆効果になりかねません。

誉めると、さらにやろうと意欲が増し、工夫する機会も増えます。学校では生徒のよいところ、小さな意欲・行動を見つけ、「すごいね・頑張ったね・やったね」と誉め、「ありがとう」と感謝の言葉を言います。すると子どもは「認められた・愛されている・自分も必要なんだ・皆のために役に立っている」など、達成感や自らの存在価値を知ります。達成感を味わった子どもは自尊感情が高まっていき、さらに自分を高めようとします。

昔から「七つ誉めて三つ叱る。」とされています。この「誉める・叱る」のバランスがあれば、反抗期の子どもでも、叱られたときに叱られたことを受け止める子どもになります。「相手に迷惑をかけたり、いやな思いをさせたとき」または「卑怯な行動をしたとき」などは、理屈抜きに感情的にならずに叱ることが大切です。ただ、叱るにも誉めるにも、我が子に納得させる理由が必要です。「子どもは 育てたように 育つ」。

「学ぶ力」は家庭での学習から育ちます

平成24年度から実施されている現行の学習指導要領では、「生きる力」の育成を重点に指導していくことをめざしています。「生きる力」は「学ぶ力」と言えます。

「学ぶ力」の原動力が「好奇心」です。何かに興味をもったとき、そこから自ら学ぼうとする“独習力”が必要になってきます。“独習力”とは、ひとりぼっちで学ぶという意味ではなく、自ら進んで勉強し、「わからないことは自分で調べる」「自分のために学ぼうとする意欲をもつ」という自立心をもつことです。そして、「自分の目標や夢を実現させるために、苦しくても我慢してやり遂げる」という自律心も大切になってきます。

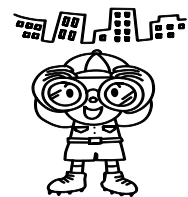
子どもの自立心・自律心を育てるためには、子どもと夢を語り合しましょう。会話が豊かな家庭は子どもの精神的な安定をもたらし、より学習に向かいやすくします。また、会話そのものが知的な情報や学習の価値を教えたり、学習の目標や進路について考えたりする機会をもたらします。そうしたことが、学習行動に結びついていくのです。また、保護者からの褒め言葉も子どもの励みとなります。子どもの自尊心を高めるような褒め言葉を考え、子どもの「やる気」を引き出しましょう。



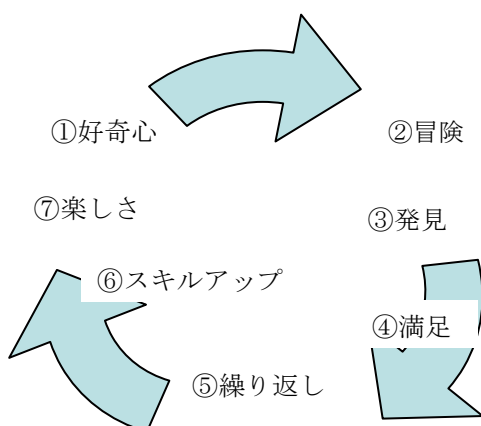
「宿題」で独習力を育てよう！

● 宿題の7つの意義 ●

- ① 授業の復習・・・その日のうちに復習、新鮮なうちの繰り返しが効果的。
- ② 授業の予習・・・わからないところがわかる。授業で深く考えることができる。
- ③ 学力の定着・・・「できる」「できた」という自信につながる。やる気の源。
- ④ 脳の活性化・・・寝る前に毎日勉強することで、脳が睡眠中に整理。記憶力強化。
- ⑤ 家庭学習の習慣づけになる・・・知的好奇心のサイクルで脳トレ。生活習慣の改善。
- ⑥ 我慢強さ、根気、集中力がつく・・・自律心を育てる。成長実感を味わえる。
- ⑦ 親子の「絆」を強くする・・・親子の対話を通して、共感的関係になることができる。



好奇心のサイクルで脳トレ学習を！



- ① 好奇心を持つことで、冒険・独学習をする。
- ② 冒険・独学習をすることで、発見する。
- ③ ①と②のサイクルに満足すれば、それを繰り返すようになる。
- ④ 繰り返すことで、知識やスキルが伸びる。
- ⑤ 一定の能力を身につけることで、知識やスキルが伸びる。
- ⑥ 知識やスキルが伸びることで、自分の人生が豊かになり、楽しむことができる。

＜頭のいい人が「脳のため」にしていること　より
ドット・カシュダン著　茂木健一郎訳＞

家庭学習のツボ！ 10のポイント

- ① 決まった時間に毎日こつこつ学習する。
- ② 集中して学習する。(テレビおやつなど、「ながら勉強はダメ!」)
- ③ 教科書・ノート・筆記用具など、用意をきちんとして学習する。
- ④ 腰骨を立て、正しい姿勢で学習する。
- ⑤ 鉛筆(シャープペンシル)は正しい持ち方で、ていねいに書く。
- ⑥ わからないときは教科書や参考書を見て、調べたりする。(※ 翌日教科担任に質問する。)
- ⑦ 学習した成果を担任、教科担任、家族等に見てもらう。
- ⑧ 家庭学習は、独り学習をする。
- ⑨ 授業で習ったことや、家庭学習したことは、その日のうちに復習する。
- ⑩ がまん強く、ねばり強く学習する。



やる気を育てる7つの関わり！

- ① よい出来事を一緒になって喜んであげましょう。ほめ言葉は宝物を生み出します。
- ② 朝食で、身体も頭も元気にスタート。食事が楽しい家庭にしましょう。
- ③ テレビより、家族での対話のスイッチを入ましょう。
- ④ 規則正しい、自分に合った生活リズムで1日を過ごさせましょう。
- ⑤ 「〇〇しなさい。」で動く子どもより、自分で考え、判断し、行動する子どもに育てましょう。
- ⑥ 「ありがとう」と「ごめんなさい」の言葉で、心のキャッチボールをしましょう。
- ⑦ 「子どもは親の心を演じる名優である」努力する親の姿(背中)が子どもの鏡です。



◆◆ 学習について ◆◆

では、各教科で具体的にどのような学習をすすめていけばよいのでしょうか。
それぞれ担当教科の先生から、「学習のしかた」をまとめていただきました。また、教科の最後には誉め方の例を追記しました。保護者のみなさんに誉めていただき、お子様のやる気を高めていただきますよう、ご協力お願いいたします。

《国 語》

1 日常の学習

- ・予習は必ず声を出して、次に習うところを読んでおく。
- ・黒板に書かれたこと以外もノートにメモをする（特に自分の意見、友達の意見、先生の意見など分けて書くとよい。）
- ・発言をしたり、人の話を聞いたりして積極的に授業に参加する。
- ・その日のうちに、復習を5分でも10分でもよいからやっておく。授業でやったことを思い出す。

2 定期考査の前、特に気をつけること

- ・漢字は、必ず点が取れるので、覚えておくこと。ただし、単語帳作りなどで時間をとりすぎると覚える時間がなくなる。
☆やったのと覚えたのとは違う。自己満足に終わらないように。
- ・長文読解問題は、はじめが大切。
最初に解くときに、時間をかけて、しっかり考えること。答えに頼らない。答えを見てもわかるまで何回も考えること。
- ・授業中配布したプリント類には必ず目を通しておくこと。



＜保護者の方へ…子どもたちの頑張りをこのように誉めてみませんか＞

- ・「今日の国語はどんなことを習ったの？」
ノート等を見せてくれたり話をしてくれたら
「難しそうな内容をよく覚えて（よく聞いて）きたね。この続きも教えてね。」
「ちゃんとノートを書いてるんだね。すごい。きれいに書いてるね。」
「この言葉の意味って何だろう？一緒に辞書を引いてみようか。」
- ・「教科書で、どんな話を読んだ？」話をしてくれたら
「へえ、ありがとう。おもしろそうな話だね。よく覚えてるね。すごい。」
「私が中学生のときは、こんな話が載っていたのよ。それはね、・・・。」
- ・家庭学習について
「漢字だけじゃなくて、文章も書いた方が漢字の使い方がわかるんだね。その勉強方法、いいね。」

《社 会》

社会科は「暗記する」ことが多くて苦手だという人がいます。学習そのものに興味を持てないことには、どうしようもないわけですが、学習方法を工夫して頑張ることができれば、何とかなる教科です。

社会科の特性として、

- 1 積み重ね教科ではないので、好きなところから復習できる。
- 2 勉強したらした分だけ、結果に表れやすい。

やり直しがききやすい教科なのです。

◎授業で学習したことを、その日のうちに必ず復習

- ・教科書を音読する。→読めない語句やわからないことをチェックする。
- ・オリジナルのまとめノートをつくる。→授業中のノートや教科書を見ながらまとめ直す。
→色ペンを使ったり、イラスト（人物の似顔絵など）を入れたり、資料集などの地図や写真を貼ったり、好きなことを取り入れると飽きずにできます。

◎テスト前の勉強では、プリントや朝自習をやり直したり、問題集を解く。

＜保護者の方へ…子どもたちの頑張りをこのように誉めてみませんか＞

- ・「今日の社会はどんなことを習ったの？」

ノート等を見せてくれたり話をしてくれたら

「難しそうな内容をよく覚えて（よく聞いて）きたね。この続きも教えてね。」

「ちゃんとノートを書いているんだね。すごい。きれいに書いているね。」

- ・地理的分野場合

「いくつくらい国名や県名を言えるの？」

「いっしょに競争（言い合いながら）してみよう」

「今テレビに出てきた、国（県）はどこにあるの？」

「その国（県）は、どんなところなの」

- ・歴史的分野の場合

「歴史上の人物で誰が好き？」

「お父さん（お母さん）は、〇〇が好きだけれど…」

「〇〇が好き」

「どうして？」

「よく知っているね。また、他の人物についても、もっと教えてね」

- ・公民的分野の場合

テレビや新聞を見ながら

「このニュースはどんなことかわかる？」

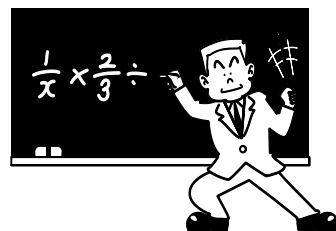
「すごいね！よく知っているね」

「お父さん（お母さん）は、〇〇だと思うんだけど、あなたは思う？」

《数 学》

1 基本（1年の内容）が大事です。

数学は積み木の教科です。1年の内容の上に2年の内容がのります。ということは、1年の内容をしっかりと理解していないと2年の内容は理解できないということです。だから、この今の1年の内容をしっかりと理解することです。



2 反復が大事です。

わからなくなるといことは、既習の内容のどこかでつまづいているということです。だから、分からなくなったら前に戻って再度同じ問題をやってみるということです。面倒くさがらずに何度も問題を解いてみることです。

3 継続が大事です。

毎日することを勧めます。そうすれば試験だからといってあわてる必要はありません。毎日が無理であれば少なくとも数学があった日ぐらひは最低30分以上勉強することです。その日に習った内容を復習してでもやった問題をもう一度解くことです。

<保護者の方へ…子どもたちの頑張りをこのように誉めてみませんか>

- ・「今日はどんなことを習ったの?」「ここは良くできてるね。」
- ・「前は間違っていた問題ができるようになったんだね。何回も解いてみたの?1週間後に解いてみてできたらマスターした証拠だから、来週また解いてみて。」
- ・「授業で習ったことを自主学習ノートにももう一度まとめたんだね。コツコツと頑張ることが身についてよかったね。」

《理 科》

- 1 理科の勉強で一番大切なことは、興味を持つことです。例えばカブトムシを飼おうと思えば、カブトムシのことを調べるのも楽しいと思いますし、こんな場合はどうなるのだろうとか、疑問も出てくると思います。さらに、クワガタやトンボのことに興味を持てることができれば、昆虫のこと全体についてくわしくなれると思います。授業で新しいことを勉強するときにも、一部分にでも興味を持つことができれば授業の内容を聞くのが楽しくなると思います。
- 2 そうはいっても理科の中には、日常生活に直接結びつかないように思われる内容も少しあり、なかなか興味を持てないのかもしれませんが。しかし今の自分の生活がとても便利なのは、電化製品など科学技術の成果です。理科が日常生活のいろいろなところで役立っているのに気づいて、興味を持ってほしいと思います。

<保護者の方へ…子どもたちの頑張りをこのように誉めてみませんか>

- ・「難しそうな計算問題してるんだね。どんなふうにして解くのか教えて。」
 - ・「植物の勉強してるんだ。どんな植物がいるのかな?」
 - ・「理科で習ったことが、日常生活で使われていることによく気づいたね。他にもどこに理科が使われているか、一緒に探してみよう。」
 - ・「不思議な現象に良く気づいたね。どんな原理になっているのか調べてみよう。」
- 自力で調べたら「良くここまで自分で調べることができたね。」
- 【子どもの、なんでだろう?〇〇だから?〇〇を知ってる!などの気づき、考え、知識を認めて誉めてあげてください。】

《英 語》

英語は積み重ねが大事な教科なので、いったんわからなくなるとつまずいてしまいがちです。そうならないためにも次のことに気をつけて勉強しましょう。

- 1 まず単語をただ書くだけでなく、声に出して何回も書いて覚えましょう。単語を覚えたら、次に教科書の本文を何回も書いて覚えます。「英語は考えるよりも慣れろ」です。日々の努力が成果に結びつきます。
- 2 次の時間の予習をしましょう。単語の意味、本文の意味などを辞書などで調べることで、かなり力がつきます。
- 3 テスト前の勉強では、ワークを中心に勉強しましょう。基本文をしっかりと理解して、最初は答えを見ずに自分の力で解き、わからなかったところは、解答を見て何回も復習しましょう。英語は高学年になるにつれ、ますます難しくなります。今ならまだ間に合います。

＜保護者の方へ…子どもたちの頑張りをこのように誉めてみませんか＞

- ・英語の教科書を音読させて、「すらすら読めるね」「発音が良いね」
- ・簡単な英語で話しかけて (How's the weather today? What's the date today? What day is it today? What time is it now? Do you like ...? など) 答えが返ってきたら、「Good job!」「Great!」「Excellent!」など英語で返す。
- ・TV など見ていて外国が出てきたら、その国についての文化や習慣など知っていることについて話す。

《音 楽》

私たちが生活している日々の中で、いろいろな音が聞こえてきます。自然の中で聞こえてくる風の音、機械的な音、楽器の音色、人の声、動物たちの鳴き声等・・・その中で私たちは、様々なものを発見し、感じています。音楽は、私たちの生活に密接に関わっています。音楽という教科は、表現する分野と鑑賞する分野の大きく二つに分けることができます。自分の感じたことを音・リズム・ハーモニーという手段を使って表現します。日常の生活の中で感じることを大切にしていってほしいと思います。

授業では、教科書を中心に学習します。歌唱・器楽・鑑賞と各分野にわたって、基本から学びます。中学校で学ぶ内容はほんの一部分です。ですから、基本的な知識を身に付け、それをもとに応用していくことが表現の世界です。教科書の内容や授業の説明および予備知識などを理解し、自分の感じる世界を主体的に「音楽」で表現できるようになるといいと思います。音楽活動を通して、「聴力」「感性」「表現力」「思考、創造力」を深めていきましょう。

＜保護者の方へ…子どもたちの頑張りをこのように誉めてみませんか＞

- ・「歌う時の声はおしゃべりする時の声と違ってカッコいいね（美しいね）。聴いていて心地いいよ。」
- ・「その曲、初めて聴いたけどいい曲ね。もう一回聴かせて。」
- ・「どんな歌い方をしたらあなたのような歌声になるのか教えて。」
- ・「その曲ってハモれる曲よね、一緒に合わせてみない？」

《美 術》

1 週間に 1 度しかない授業なので、絶対に忘れ物をしないことです。そして、自分の考えや思いを、作品の制作を通して表現するので、授業中にどれだけ集中して制作に取り組むことができるかという点がとても重要です。また、友達作品を見て、いろいろな見方や考えがあることも知ってほしいです。

私たちの身の回りには、色や形を伴わないものはほとんどありません。私たちが意識する、しないに関わらず、私たちの生活は広い意味での美術と深く関わっています。美術に対する視野を広げて、日常生活の中で、美術への関心をもってほしいと思います。

＜保護者の方へ…子どもたちの頑張りをこのように誉めてみませんか＞

- ・美術の授業では、どんな作品を造っているの？（絵画・彫刻作品、デザイン・工芸作品）
週 1 時間の作業だから作品を完成させるのが大変だね。集中して作品作りを頑張っただね。
（作品づくりの話を聞く中で、家のものや書籍・テレビ等の情報から参考になるもの・図・記事などを子どもに話したり見てもらうことが制作のアイデアのもとにもなります）
- ・作品は完成したかな？どんなところが大変だったかな？自分はどこが気に入ったかな？
周りの友だちはどんな作品をつくっていたかな？（制作の感想や友だちの作品を鑑賞しての感想を聞いてみてください）
- ・作品は文化総合発表会で展示されるかな？（各学年 1 作品は展示の予定です）
完成作品が楽しみだね。（形や色、造形表現の鑑賞を保護者も楽しみにしていることを伝えてみてください）
- ・作品を誉められたことで子どもたちは成功感や達成感、満足感を味わい、それが自信へとつながります。よいところ見つけをしてください。

《保 健 体 育》

保健の授業では、集中して先生の話聞き、板書した内容を全て教科書やワークに書き写します。そして、実生活に生かせるようにしましょう。また、テレビ等で話題になっていることを、保健と関連づけて考えたり、家庭で話し合ったりする機会をつくりましょう。

体育も保健と同じく、実技教科なので、まずは体操服などの忘れ物をしないことが第一です。授業では、各自得意不得意の種目はあると思いますが、どの種目も積極的に参加してください。苦手な事に挑戦せず、消極的になる生徒が多いのが現状です。格好悪くてもいいので、挑戦する姿をもっと多く見たいです。さらに、中学生のこの時期（思春期）は、発育・発達で著しい成長があります。ぜひ、ご家庭の毎日の生活で、次のことを心がけてもらいたいと思います。

- 1 バランスの良い食事 ※特にたんぱく質は重要です。
- 2 十分な睡眠（8 時間前後）
- 3 適度な運動 ※週に 5 日は運動する機会をつくりましょう。

＜保護者の方へ…子どもたちの頑張りをこのように誉めてみませんか＞

- ・体育で習ったことが、日常生活で使われていることによく気づいたね。他にもどこに使われているか、一緒に考えてみない。
- ・体を動かすことは一人ではなかなかできるものではありません。
「一緒に運動をしない」と誘ってください。そして一緒に汗を流してみてください。

《技術・家庭》

授業で学んだことを知識で終わらせず、家庭生活に生かすように心がけていきましょう。

また、様々な生活技術を身につけ向上させるためにも、料理の手伝いや壊れた物の修理や掃除などを率先して行いましょう。学んだ知識などを実生活に活用することを通して生活技術の向上に努めましょう。

＜保護者の方へ…子どもたちの頑張りをこのように誉めてみませんか＞

- ・「もう少ししてくれれば・・・」と感ずることもありますが、手伝いをしたときに、「ありがとう」「助かった」の一言を。満足感が得られれば、次の手伝いのきっかけにもなります。
- ・失敗して余計な手間を増やすことになるかも知れませんが、努力しようとしたことを認めた（誉めた）上で、次に失敗しない方法を一緒に考えてあげて下さい。

各教科からのアドバイス、いかがでしたか？

千里の道も一歩から！ です。早速、学習に取り組んでみましょう。

生徒のみなさんへ。家に帰って一日最低何分間、机に向かって学習しますか。下の枠に書き記して、決意表明しましょう。

私は一日 _____ 分間、

必ず机に向かって学習することを宣言します。

平成26年 _____ 月 _____ 日

＜保護者のみなさんへ＞

北九州市には家庭や地域の教育力の向上を目指し、公募方式で家庭や地域のみなさんと一緒に取り組む「北九州市の子育てルール」、その名も「北九州市 子どもを育てる10か条」が制定されています。「子育ては 誉める・叱る・見守る・抱きしめる」「子どもと夢を語り合おう」など子どもと寄り添って日々成長していくことや、「まず親が きちんと実行 社会のルール」というように親の背中を見て子どもは育っているということが謳われています。

学校で習ったことを反復練習することが、子どもたちの学力向上につながります。ただ、家庭の中まで教師の目は届きません。家庭では保護者のみなさんが「先生」です。お子様と一緒に家庭学習のルールを決め、実行できたら誉める、ルールを破ったら叱るなど叱咤激励しながら、子どもの学力向上に努めていただきますようお願いいたします。

《勉強十訓》

- 一 「明日から」は、やめよ！
その明日は永遠に來ない。とにかく始めることだ！
- 二 計画を立てよ！
計画のないところに成功はない。
- 三 中途半端を断て！
遊ぶときは遊び、やるときはやれ！
- 四 集中せよ！
集中力こそが理解の度合いである。
- 五 無駄を省け！
真の合理性は能率を高める。
- 六 勉強法を工夫せよ！
自分で考えることから学習は始まる。
- 七 自己のペースを守れ！
他を気にすれば失速する。
- 八 断じて途中でやめるな！
中断は何もしないに等しい。
- 九 労を惜しむな！
手の苦勞、口の苦勞で記憶しろ！
- 十 いたずらに責任転嫁をするな！
勉強は他人がするのではない。
自分がやるのである。



年 組 番 氏名 ()