

# 家庭学習の手引



イラスト:美術部



和歌山市立有功中学校

## 学習する意義

私たちはなぜ勉強するのでしょうか。私たち人間は、長い人生のなかで、さまざまな壁に直面します。たやすく乗り越えられる壁もあれば、乗り越えるのには、さまざまな工夫が必要な大きな壁もあります。

自ら壁を乗り越えられる力を身につけ、自分の人生をより豊かなものにしていくために、しっかりと勉強していきましょう。



## 学習意欲を高めるためには

あなたはどんな夢や目標をもっていますか。夢や目標に向かって、意欲的に学習に取り組むことで、「集中する力」や「持続する力」が育ち、自分の興味関心や進路を「追い求める力」を身につけていくことができます。

夢や目標をもつことは、学習意欲の原動力になります。親や先生に相談しながら、少しずつ目標を明確にしていきましょう。



## はじめに意識してほしいこと

- 挨拶
- 正しい言葉づかい
- 人の話をきく
- 相手を思いやる
- いじめをしない
- 目上の人を敬う
- 時間を守る
- 掃除をする
- 手伝いをする
- 等

基本的な生活のマナーやルールを身につけることは、さまざまな学力をつける上で土台となります。規律意識が高まることで、学習のルール（チャイム着席、宿題をやりきる、提出期限を守る等）も守れるようになります。日ごろの行動を大切にしていきましょう。

# 各学年のめあて



1日の勉強時間（目安）  
平日2時間 テスト前4時間

1年

- 主体的に学習に取り組み、日々の学習が「当たり前」になるようにしよう。
- 「学びの時間」を大切に、自分にプラスになると思われることはどのような場面であっても吸収していこう。

- 自分なりの学習方法を見つけ、継続的に取り組もう。
- 得意教科を伸ばし、不得意教科は少しずつ克服していこう。
- 生活面、学習面で、計画的に取り組む姿勢を身につけていこう。

2年

3年

- 自分の進路決定のために必要な、各教科の知識と技能、思考力、応用力を身につけよう！
- 社会に出ていくことを見据え、自分から進んで学習や問題解決に取り組み、学びを深めよう！
- 授業を含めた学校生活全体を学びの場として考え、大切に過ごそう！

## 家庭学習のポイント ①環境を整える

### 規則正しい生活リズムを！

早寝・早起きはもちろんのこと、朝ご飯もしっかりとりましょう。

### 携帯電話やスマートフォン、ゲームはほどほどに！

最新の研究によると、『通信アプリの使用時間が長くなるほど、勉強をたくさんしても、身につけにくい』ことが示されています。

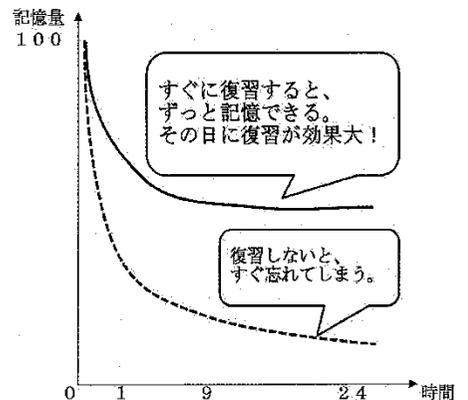
(学習意欲の科学研究に関するプロジェクト 2015年3月)



## 家庭学習のポイント ②繰り返し学習する

### 復習するたびに定着する！

人はどれくらいの割合で、覚えたことを忘れるのでしょうか。ドイツの学者「エビングハウス」の研究によれば、覚えてから1日後には70%以上忘れてしまうそうです。すぐに復習するのはもちろんのこと、復習の回数を増やし、繰り返し学習することで、学習内容が定着しやすくなります



## やってみよう！家庭学習

### い「いつも、必ず復習！」

その日のうちに授業ノートや教科書を開いて再確認！

### さ「最善を尽くし納得するまで我慢強くやりきる」

わからないことは、あきらめずにやりきる！

“なるほど！そうか！”が記憶につながる！

### お「覚えよう、しっかり何度も書いて声に出す」

五感を最大限に使い、何度も脳に刺激を！

まず自分で考えよう！

考えてわからないところは、家族・友だち・先生に質問しよう。

## 国語

### 国語力はすべての教科に通ずる。

先生から  
アドバイス



#### 【授業】

- まずは「書いてみる！」「やってみる！」。課題に対し、チャレンジする力が大切です。真剣に取り組み、とにかく書いてみましょう。
- 読み方、意味の分からない言葉は辞書を用いて、調べてみよう。

#### 【毎日】

- 日ごろから文章を読む習慣をつけ、読書スピードを上げよう。
- インプットできるものは先にしておく。  
(漢字・文法・敬語・慣用句など)
- 気になる言葉は調べて意味を知ること。
- 文章問題をひたすら解く。

## 社会

先生から  
アドバイス



### 「知らない」ことを「知る」楽しみ！

【地理】・世界と日本との関わりを考えながら教科書を読む。

- ・教科書や地図帳に出てくる図や表を何度も復習する。
- ・国や地域、自然地名を覚える際は自分なりにその特徴をまじえて覚える。

【歴史】・時代の始まりと終わり、変わり目をしっかりとつかむ。

- ・授業で先生が言った言葉や人物に関するエピソードをメモしておく。
- ・年表を見て、歴史の流れを理解する。
- ・歴史の漫画を読み、“絵”で内容を記憶する。（\*自宅や図書室で）

【公民】・身近なニュースや出来事と学習内容を照らし合わせ、学習した内容と積極的に結びつける。

- ・ニュースに対して疑問に思ったことは教科書や資料集で調べる。

【ポイント】

学んだことを誰かに説明しましょう。説明できるようになれば、忘れにくくなります。自分なりにまとめノートを作るのもおすすめです。友達とクイズを出し合うのもいいでしょう。社会は知れば知るほど面白い教科です。ぜひ、楽しんで。

## 数学

先生から  
アドバイス



### 自分で考え、反復練習をして身につけよう！

☆数学は「慣れ」が大事。

- ・公式を覚えていたとしても公式の使い方がわからなければ解けません。類似問題をたくさん解いて、問題に慣れれば、苦手意識も薄れてきて、どこで公式にあてはめればいいのかという部分もわかってきます。

☆自分自身の力をつけましょう。

- ・授業で聞いたものや友達に教えてもらったもの、答えを見て移してしまった問題でも、自分自身の力だけでもう一度取り組み、自分の力で解けることを実感しよう。

☆疑問はすぐに聞く。

- ・数学は積み重ねの教科です。ひとつわからない問題がでてしまうと、その後にひびいてきます。わからないことは早期解決。疑問はもちこさないようにしましょう。

# 理科

先生から  
アドバイ  
ス

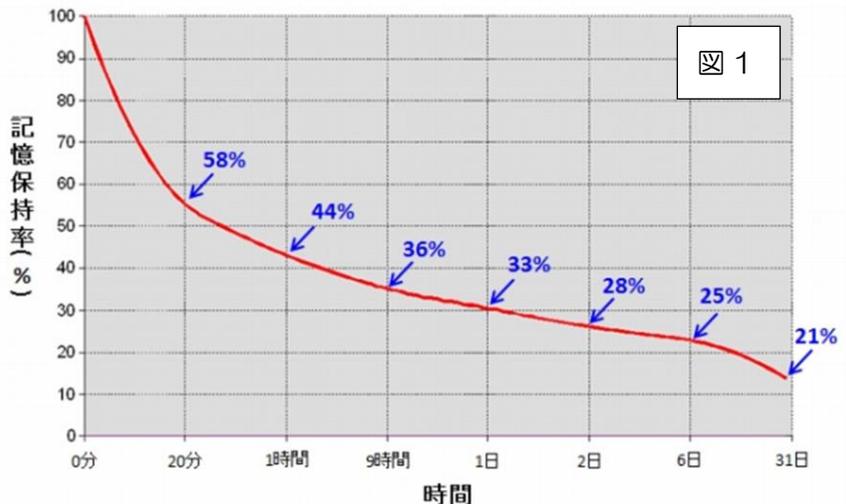


## 日々の積み重ねが大切です！！

### ○エビングハウスの忘却曲線

人は一度覚えたものも再び学習をしないと忘れていきます。具体的には、個人差はありますが、20分後には42%忘れる、1時間後には56%忘れる、9時間後には64%忘れる、1日後には67%忘れる、6日後には75%忘れる、31日後には79%忘れる というように少しずつ忘れていきます。(エビングハウスの忘却曲線 図1)

エビングハウスの忘却曲線



では！忘れないためには、どうすればよいのでしょうか。

それは「復習」です！「復習」と言われても「何を」「どれくらい」すべきなのかが分からないと思います。それを少しずつ説明していきます。

☆≡「何を」：「アウトプット」を行う。

- ①問題を解く。
- ②学習した内容をまとめる。
- ③声に出しながら書く。

など様々な方法があります。とにかく「五感」を使って覚えたことを出していきましょう！間違っても「読む」だけでは学習になりませんよ！！

☆≡「どれくらい」：5分～10分という少しの時間でもコツコツと！

# 英語

正しい単語を正しく並べれば、正しい英文ができます。  
単語と語順(文法)をバランスよく身に付けよう！

## 先生から アドバイス



### 学習スタイル

予習(単語調べ等) ⇒ 授業 ⇒ 復習 のリズムを身に付けよう。

#### 《家庭では》

- 予習を忘れない。
- 授業がある日には必ず教科書などを持って帰って学習したことを振り返りましょう。
- 予習にも復習にもなるのは教科書の音読です。単語を覚えるのにも役に立ち、リスニングの力も格段にアップするのでぜひ何度も繰り返し音読してください。教科書の QR コードで正しい発音を聞くことができます。

#### 《授業では》

- 課された課題にしっかり取り組みましょう。予習がしっかりできていれば何を聞かれても大丈夫！準備ができていない→わからない→苦手だ、の負のスパイラルを作らないよう、頑張ろう。
- 人の間違いを笑わない！新たな言語を身に付けるときは、トライアンドエラー！間違えることで学んでいくものです。努力する友達を、自分を応援していこう。

### 苦手を得意に変えるために

#### 《文法問題》

- 教科書の key sentence を覚え、そこに違う単語を当てはめて、英文を作ろう。習うは真似るです。また、英文の主語、動詞を常に意識するようにすると語順がわかりやすくなりますよ。

#### 《長文問題》

- ある程度文法問題に自信がいたら、まとまった語数の長文にチャレンジしよう。読んでわかったことを日本語でメモしながら読むと内容がわかりやすくなります。慣れれば問題を先に読んでから本文を読むと、時間の短縮になります。

#### 《リスニング問題》

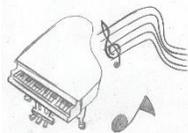
- ズバリ、音読です。読めない単語は聞き取れません。しっかり教科書を読もう。



## 音楽

さまざまな音や音楽に耳を傾けよう！

先生から  
アドバイス



- 授業に真剣に取り組みましょう。  
その中で学習した音楽がテレビやデパートなどで聴こえてくることもあります。  
日常生活のさまざまな音や音楽に耳を傾け、よさや美しさを感じ、感動する機会を作ることで自分自身の音楽の表現力アップにつながります。

## 美術

感じ、考え、表現しよう！

先生から  
アドバイス

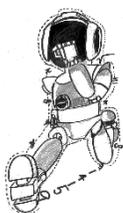


- 授業内での造形活動、鑑賞に真剣に取り組もう。  
授業外でも、ポスター作品、美術館など様々な美術作品、キャラクター、モノ、色をしてみることで、これからの君たちの制作のヒントに繋がります。
- 「絵の才能がない」などよく聞きますが、才能などありません。  
全ては、毎日の積み重ねです。
- 描画力を高めるためには、日常生活の中で気になったものを積極的にスケッチしていきましょう。

## 技術

身近にある様々な「技術」を意識し、学習に取り組もう。

先生から  
アドバイス



- 身近な製品やシステムを観察したり、開発の経緯などを調べたりすることを通して、開発者が設計に込めた意図を読み取りましょう。その際、社会からの要求、安全性、環境への負荷、経済性に着目して、技術の工夫を見つけましょう。

## 家庭

先生から  
アドバイス

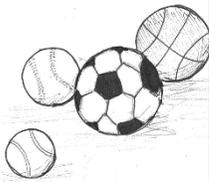


### 授業で学んだことを実践しよう！

- 家庭分野は生活に密着した教科です。実生活で使えることを学習します。
- 真剣に授業に取り組み、その中で学んだことや考えたことを自分の生活に生かせるようにしましょう。実践したあとは全体を振り返り、課題を見つけ改善していきましょう。

## 保健体育

先生から  
アドバイス



### 「心と体はつながっている」

#### 【体育】

- 自分の課題を見て、その解決に向けて練習の仕方や試合の仕方を考える力を見つけよう。
- 勝敗や個人の記録などの良し悪しにかかわらず全力を尽くした結果を受け入れ、仲間の健闘をたたえよう。

#### 【保健】

- これから一生涯付き合っていく、自分の体や心を大切に。保健の大切さを認識し、健康な生活を確立していこう。

「努力に即効性はない。

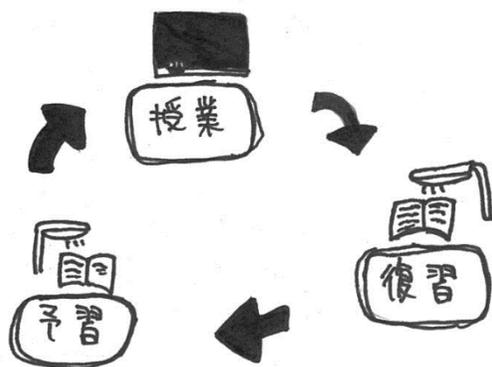
でも、努力は裏切らない。」 野村 克也

努力をしてもすぐに結果に結びつくわけでもない。苦しいし、不安な気持ちになる。だから大概の人は途中で努力をしなくなる。けれども、

努力は絶対に裏切らない。続けていけば、いつかは必ず実を結ぶ。

## ●保護者のみなさまへ●

お子さまに「わかる楽しさ」「できる楽しさ」「使える喜び」を実感させるために、家庭で自分なりの勉強方法をみつけていくことが大切です。この「家庭学習の手引」を活用し、より充実した中学校生活を送れるようにしてください。



## ご家庭でのチェックポイント

- 早寝・早起きの生活リズムはつくりけているか。
- バランスのとれた朝ご飯を食べているか。
- 学校に持って行くものを毎日確認しているか。
- 家庭学習をしっかり行っているか。
- 学校での学習や社会の出来事について、ご家庭で話をしてい  
るか。