

家庭学習のすすめ

～ 保護者の皆様へ ～

目次

なぜ家庭学習が大切なのか	P1
家庭学習を計画的に進めるために	P2
家庭学習のめやすの時間 ①	P3
家庭学習のめやすの時間 ②	P4
家庭学習 チェックリスト	P5
ワンポイント アドバイス	P6

笠懸中学校では、学力向上を目指しお子様に、「家庭学習のすすめ」を配布しました。お子様に配布した「家庭学習のすすめ」には、家庭学習のポイントや各教科からのアドバイスなどがあり、家庭学習がより充実したものになるような冊子になっています。ぜひ、保護者用の「家庭学習のすすめ」と共に、お子様と一緒に笠懸中の「家庭学習のすすめ」を活用していただけたらと思います。



みどり市立笠懸中学校

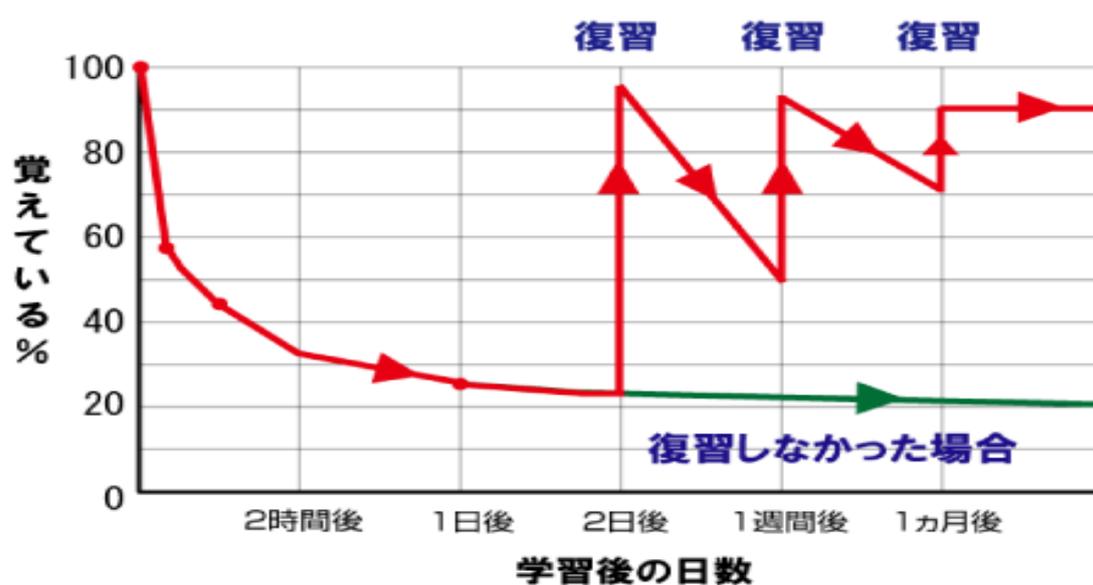
なぜ家庭学習が大切なのか？

「エビングハウスの忘却曲線」をご存じですか。このグラフを見て、おわかりのとおり、1時間後には覚えたことを約半分の50%も忘れてしまうのです。そして、1日後には、約80%も忘れてしまいます。

以下のグラフからも、授業で学んだことを確実に定着させるためには、復習が大切であることがわかんと思います。

お子様用、保護者用の「家庭学習のすすめ」を活用し、家庭学習の習慣を身につけ、学力を向上を目指していきましょう。

エビングハウスの忘却曲線と復習の関係



授業を受けているだけではだめなの
ね。家庭学習での復習が大切だとい
うことがわかったわ！！



家庭学習のめやすの時間 ①

中学 1 ～ 2 年生編

* 家庭学習時間のめやす〔平日〕

1年生・・・1時間～1.5時間

2年生・・・1.5時間～2時間

* テスト3日前

〔部活動が休みになる期間〕

1・2年生・・・3時間以上

1. 学校では

- ☆ 教科ごとに先生がかわります。（教科担任制）
- ☆ 学習内容が小学校に比べ深まり、量も多くなります。
- ☆ 単元別テストではなく、定期テスト（1・2学期は2回、3学期は1回）を実施します。
- ☆ 部活動なども始まり、生活リズムが大きく変わります。まず、中学生の生活リズムに慣れることが大切です。

2. 家庭で学習するときは

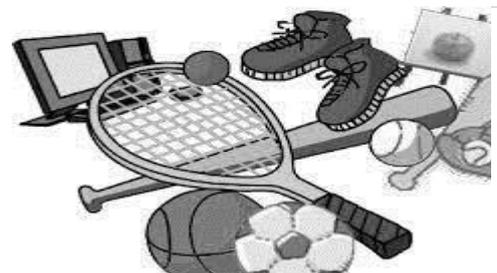
- ☆ 学習前に、身の回りの整理整頓をしましょう。
- ☆ 宿題はその日のうちにすませましょう。
- ☆ 苦手な教科の予習、復習をしましょう。
- ☆ 部活動があり、帰宅時間が遅くなります。何時までに学習を終えるかど目標や計画を立てましょう。

3. 定期テストを自安に計画を立てましょう

- ☆ 定期テストがいつあるか、カレンダーに書き込みましょう。
- ☆ 「study week 学習計画表」を活用し、計画通りに学習が進めているか、計画表にチェックしましょう。
- ☆ 定期テスト3日前は、課題（ワーク等）を仕上げる時間にしてはもったいないです。定期テスト3日前には、課題を終わらせるようにしましょう。

4. 復習を重点的にし、自主勉強に取り組もう

- ☆ 授業中に書いたノートやワークシート、問題を自主勉強ノートに書き写したり、もう一度も解き直したりするだけでも復習になります。
- ☆ 各教科のワークを自主的に進めても OK です。



家庭学習のめやすの時間 ②

中学 3 年生編

*家庭学習時間のめやす〔平日〕

3年生・・・1. 5時間以上 (部活あり)

3年生・・・4時間以上 (部活なし)

*テスト3日前

〔部活動が休みになる期間〕

3年生・・・4時間以上

1. 学校では

- ☆ 3年生は、1・2年生からの総復習の時間が必要です。
- ☆ 日頃の授業を大切に、基礎・基本を確実に身につけることが必要です。
- ☆ 学校では、行事や部活動において中心的な立場です。時間の使い方を工夫し、学習との両立をはかりましょう。

2. 進路についての目標を持ち、学習に取り組みましょう

- ☆ 高校のオープンスクールや学校説明会に、積極的に参加しましょう。
(最低でも公立高校2校、私立高校1校は見学しよう)
- ☆ 定期テストや実力テストに向けて、計画的に学習しましょう。
- ☆ 試験科目の中で、特に不得意な教科の学習に力を入れましょう。

3. 教科書やノートを見て、授業を振り返りましょう

- ☆ 授業で、分からなかったところを教科書や参考書で確かめましょう。
- ☆ 国語の漢字、英単語や文法、数学の公式は、繰り返し書いて覚えましょう。
- ☆ 試験科目の中で、特に不得意な教科の学習に力を入れましょう。

4. 部活動を引退したら

- ☆ 部活動引退後は、帰宅してから夕食までの時間が長くなります。受験日までのスケジュールを確認し、計画通りに学習を進めましょう。
- ☆ 部活動引退後は、間食が増えたり、テレビやスマートフォンなどの時間が長くなったりして、生活リズムが乱れがちです。今一度、生活・食事・学習を見直しましょう。
- ☆ 面接練習を早くから意識し、行きたい高校の志願理由、最近気になるニュース、今までに感動した本、中学校3年間で頑張ってきたこと、自分の長所と短所などを言えるように日頃から心がけよう。



家庭学習 チェックリスト

家庭学習とは、いったいどのような学習のことをいうのでしょうか。簡単にいえば、「家庭で学習すること」です。学校の授業内容を確実に身につけるためには、学校の授業はもちろん、家庭での学習が重要になります。ご家庭で、ぜひこの「家庭学習チェックリスト」を活用していただき、お子様の家庭学習を始める準備をしてみてください。

～ 家庭学習チェックリスト ～

- 決まった時刻に勉強を始めています。**

決まった時刻に勉強を始めて、家庭で学習する習慣を身に付けさせることがポイントです。

- 定期テスト2週間前に「Study Week -家庭学習記録表-」を活用し、計画的に学習に取り組んでいます。**

習い事や塾など、家庭学習以外での予定があるお子様もいると思います。「Study Week-家庭学習記録表-」を利用し、学習計画や内容等を予定通り進める習慣を身に付けることがポイントです。

- 目標を決めて取り組んでいます。**

「単語テストに向けて10個の英単語を自主勉強ノートに練習する。」や「計算ドリルを〇ページやる」など、具体的な目標があると学習に取り組むきっかけとなります。少ない時間でも自ら学習することが大切です。

- テレビや音楽を消して、落ち着く場所で勉強しています。**

まずは、けじめをつけ、「勉強する時は、集中してやる」という習慣を身につけることが大切です。

- 机の上は整頓されています。**

机の上に物がたくさんあると気が散ってしまいます。まずは、机の上を整理しましょう。机の上には、勉強に必要な道具（教科書・ノート・ワーク等）だけを置くようにすることが大切です。

- 声に出したり、ノートに書いたりして勉強をすすめています。**

教科書を見ているだけでは、なかなか頭に入りません。声に出して教科書を読んだり、ノートに書いたりして勉強をすることは大切なことです。また、分からない問題をそのままにしていないでしょうか。分からない問題は、教科書等で確かめることが大切です。

ワンポイントアドバイス

保護者のお悩み ①

部活動が忙しくなり、勉強との両立が難しくなってきました。



ワンポイントアドバイス

中学生になると、勉強と部活動との両立が課題になります。大切なことは、時間の管理です。「何時から何時までは勉強をする」というような「けじめ」が小学校以上に求められます。

保護者のお悩み ②

勉強内容が難しく、アドバイスができません。



ワンポイントアドバイス

中学校では、授業内容が高度になることから授業への予習・復習が大切になります。まずは、教科書や学校で使っているワーク等から取り組ませましょう。分からないところはそのままにせず、先生や友達に聞いてみるようにさせましょう。

保護者のお悩み ③

高校へ進学できるか心配です。また、受験についても不安です。



ワンポイントアドバイス

受験については、お子様自身が一番不安を感じていることだと思います。また、高校に進学することがゴールではありません。お子様と一緒に、これからの進路について相談のってあげることが大切です。まずは、将来の夢について親子で話したり、受験までのスケジュールを立てたりしていきましょう。そして常に、お子様を励ましてあげましょう。

お子様の学習について等、ご心配な点がありましたら、お気軽に学校までご相談ください！！