

家庭学習のてびき



～ご家庭の皆様もご一読ください～

令和3年度

藤井寺市立第三中学校

家庭学習の意義

家庭学習はなぜ、必要なのでしょうか

一度学習し、覚えたことでも、1時間後には56%忘れ、1日たつと74%忘れてしまうという研究があります。その後、忘れ方はゆるやかになっていき、1週間後には77%忘れてしまいます。つまり、学習した直後が一番忘れやすいということです。また、復習をすることによって、この忘れていく率は低くなることも証明されています。(エビングハウスの忘却曲線)

つまり、学校で習ったその日のうちに、復習をすることが大切だということです。特に今までの調査では、本校生徒の予習・復習をしている割合が全国平均に比べて格段に低くなっています。本校生徒には、家庭学習がとても大切なものだということがよくわかります。

平成31年度(令和元年度)の全国学力・学習状況調査から本校の家庭学習の傾向を分析してみました。(令和2年度は新型コロナウイルスの影響で実施されませんでした)

以下は家庭学習に関する項目です。一昨年度は2項目ありました。

学校以外でどれくらい勉強しますか(平日、学習塾等を含む)

学習時間にすると6分程度全国平均より少なくなっています。また、前の年の3年生より3分程度短くなっています。

ただし、「全くしない」という生徒が13.0%と前の年より+0.6%、全国より+8.6%となっています。本校では7~8人にひとりが平日全く勉強をしないという結果になっています。

自分で計画を立てて勉強をしている

「している」「どちらかといえばしている」 本校34.8% 前年より-14.0%
全国50.4%

「あまりしていない」 本校46.2% 前年より+14.2%
全国37.3%

「全くしていない」 本校19.0%
全国12.2%

「自分で計画を立てて学習する」力は、中学校生活ではとても大切なものです。小学校までは学校から宿題だけをするが多かったでしょう。しかし、中学校からは宿題に加えて、自分で課題を見つけてやらなければなりません。そのためには、自分が苦手とすることは何なのか(自分の課題)を、まず的確に見つけることが大切です。さらに、この「家庭学習のてびき」を参考にして、家庭学習の計画を立てることが必要となります。是非、1年生から、自分にあった学習計画を立てる力を身につけるよう家庭学習に取り組んでいきましょう。

さて、家庭学習をすることによってどんな良いことがあるのでしょうか？

1. 学習内容の定着

前頁のとおり、学習したことを忘れないようにするには、その日のうちに習ったところを復習することが必要です。そうすることによって、学習内容が定着し、次の授業もよくわかるということにつながります。

家庭学習をしない → 学習内容が定着しない → 授業がわからない → わからないから学習しない

といった悪循環から脱出することができます。

そのためにはまず、

・授業に集中しましょう。

①ノートをしっかりとる。②ノートのとりかたを工夫する。

・家庭学習の内容を具体的に決めましょう。

①予習をする。②復習をする。(宿題をする) ③応用的な問題を解いてみる。

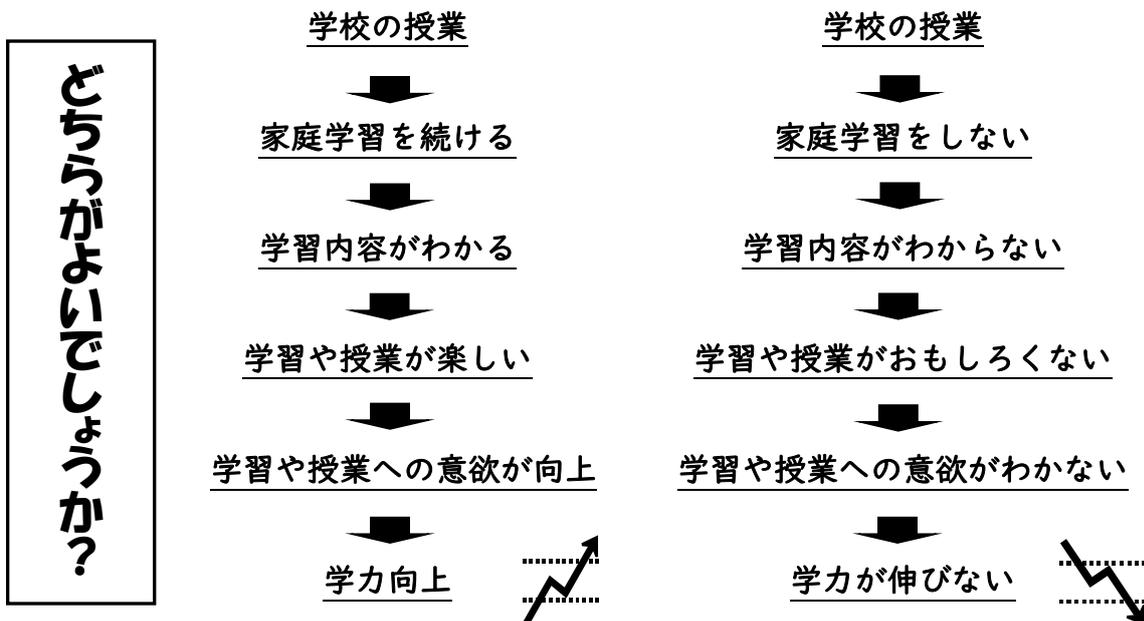
2. 学習の習慣化

毎日、一定の時間を家庭で学習することにより自ら進んで学ぶ習慣が身につきます。毎日続けることはとても大きな力になります。

3. 忍耐力, 集中力

家庭では学校と違ってさまざまな誘惑があります。(テレビ, スマホ, ゲームなど) それらに打ち勝って学習することにより、忍耐力, 集中力が身につきます。

それは、今後の人生においてとても大切な力となります。



家庭学習の環境を整えよう

まずは、家庭学習習慣についてチェックしてみましょう！

項 目		チェック欄
①	学習する時間帯や時間を決めている	
②	宿題を必ずしている	
③	宿題がなくても毎日学習している	
④	家族に言われる前に自主的に学習を始めている	
⑤	学習机など、学習する場所は整頓されている	
⑥	テレビを見ながらや、音楽を聴きながら学習していない	
⑦	携帯電話・スマホ等を近くに置かずに学習している	
⑧	家庭学習の内容の計画を立てている	
⑨	学習が終われば後片付けをしている	
⑩	家に帰ってから1時間以上学習（予習や復習）をしている。（塾も含む）	
⑪	時間にゆとりがあるときは読書をしている	
⑫	毎日朝食を食べている	
⑬	十分な睡眠（6～8時間）をとっている	
⑭	午後11時頃までには就寝している	
⑮	家族の人と学校での出来事等をよく話す	

(はい○ もう少し△ いいえ×)

上記のチェックで△や×がついた項目については、自分自身の課題として改善できるように心がけましょう。

学力アップは**規則正しい生活**からと言われています。

「早寝、早起き、朝ご飯」は生活リズムの大原則です。「毎日朝食を食べている」子どもは、学力が高いという調査結果があります。まずは、朝食をしっかり食べる習慣を身につけましょう。また、6～8時間程度の睡眠をとっている子どもの学力が高いといわれています。決めた時刻に寝起きし、一定の睡眠時間を確保することで、生活のリズムが決まってきます。さらに、本を読む子どもの学力も高いと言われています。時間にゆとりがあるときは読書をしましょう。保護者のみなさまも子どもたちの生活習慣づくりに協力してあげてください。

家庭学習のポイント

国語科



〈毎日の学習〉

- ・日頃から本や新聞を読もう。（学校の図書室は通常10時15分から16時まで開館しています。積極的に活用しましょう。）
- ・教科書を繰り返し音読しよう。
- ・新出漢字（新しく習った漢字）や読めない漢字，意味のわからない語句は辞書を使って調べよう。
- ・作文や感想を書くのが苦手な人は，まずは自分の考えや思いを少しでも書いてみよう。

〈予習・復習〉

- ・授業で使ったプリントやワークを整理し，授業を振り返ろう。
- ・その日に学習した漢字，語句などを確認し，繰り返し書いて覚えよう。
- ・習った漢字は全て読み書きできるようにしよう。

〈テスト前の学習〉

- ・まず漢字は書けるようにしよう。漢字を読めるようになると，その文章の意味が分かってきます。
- ・定期テストでは，授業で習った文章が出題されます。何度も読んで，内容をしっかり頭に入れておこう。文章中に答えのヒントが必ずあります。（何度も読むとヒントが見えてきます。）
- ・答えを写すだけでは絶対に力つきません。分からなくてもまずは「自分の力で問題を解く」という姿勢を大切にしよう。
- ・問題形式になっている提出物（プリントやワーク）は繰り返し解いて、問題に慣れておこう。

《これだけはやっておこう》

- ・新しく習った漢字はその日のうちに覚えること。
- ・意味の分からない語句があれば，すぐに調べること。

社会科



【地理】

〈毎日の学習〉

- ・授業で習ったことをその日のうちに復習しよう。（授業プリント，ワークシートなど）
- ・教科書の重要語句（太字の部分）を中心に，資料を再度見直して理解しておこう。

〈予習・復習〉

- ・ワークや問題プリントなどを計画的に進め，繰り返しやって理解しよう。
- ・課題が出たときは地図帳などを持って帰って，自分で調べるようにしよう。
- ・日本の都道府県や県庁所在地，世界の国名や首都などはしっかり覚えておこう。

〈テスト前の学習〉

〔学習方法〕

- ・教科書や授業ノートなどを繰り返し学習し，書いて覚えるようにしよう。
- ・教科書の重要語句（太字の部分）を漢字で書けるようになっておこう。
- ・ワークや問題集などをひたすら繰り返し，マスターするまでやり切ろう。

〔学習のワンポイントアドバイス〕

- ・毎日のニュースなどをよく見て，現在の日本や世界のできごとなどを知ろう。
- ・社会の自主勉ノートなどをつくって，ワークや問題集をやり間違えたところを色ペンで訂正し，チェックシートで隠すなどして覚えよう。
- ・記述問題は「なぜその現象が起こるのか」を考え，資料を活用してその理由を書こう。

【歴史】

〈毎日の学習〉

- ・歴史は流れをつかむ
授業プリントや授業ノートを見て，時代の特徴や誰が何を行ったのかをきちんと押さえておこう。
- ・問題を解く
学校で配布しているワークをまずは何も見ずに解いてみよう。分からなかったところは教科書や資料集，授業ノートを見て答えを考えてみよう。

〈予習・復習〉

- ・毎日の学習で「歴史は流れをつかむ」とありますが，予習・復習をしていないと流れをつかむことができません。予習・復習では，流れを大切にし，起こった事象に対して原因と結果をまとめるようにしよう。

〈テスト前の学習〉

・ 自主学習ノートにまとめる

日々の授業で学習したことを、授業ノートとは別に自主学習ノートを作り、自分なりにまとめることで記憶に残りやすいでしょ。また、ワークを解いていて間違えた問題をノートにまとめてみよう。そうすることで、自分が苦手としている時代、分野を知ることが出来ます。

★歴史は覚えなければならない用語がたくさんあります。毎日コツコツ勉強することが大切！

【公民】

〈毎日の学習〉

- ・ 地理や歴史に比べて、少し、味の難しい言葉が多いので、しっかり意味を覚えよう。
- ・ 現在の社会と関連していることもあるので、ニュースや新聞にも目を通しておこう。
- ・ 『社会で起きている出来事』に対して、自分の意見や考えを持っておこう。

〈予習・復習〉

- ・ 学校で使用するワークを中心に、繰り返し解いて理解しよう。

〈テスト前の学習〉

- ・ 毎日の学習を大切にしよう。
- ・ 復習で行ったワークを再度解き直し、自主勉ノートにまとめよう。

《これだけはやっておこう》

- ・ ワークや問題集をひたすら解いて、重要語句を覚えよう！
- ・ 間違えたところは、赤ペンで訂正して、チェックシートなどで隠して覚えよう！

数学科



〈毎日の学習〉

- ・ノートを取る際は、すばやくきれいに取ろう。
- ・授業直前に前回のノートを見て、「前回の授業は何をしたのか」を振り返っておこう。また、今から学習するところを教科書等で確認しておこう。
- ・授業では、常に自分で解き方を考えるよう努力しよう。
- ・わからないところは、その日のうちに先生に質問しよう。
- ・簡単な計算は素早く答えられるように、基礎計算力をつけよう。（何度も計算問題に取り組む）
- ・文章をよく読まないと、問題が理解できずに解けないことや、ケアレスミス（簡単な間違い）をすることが多くなります。日頃から文章をよく読み、書いている内容を理解するよう努めよう。

〈予習・復習〉

- ・（予習）教科書を読む。書いてあることを声に出して読むとさらに良い。
- ・（復習）答えを気にするのではなくその問題の解き方を理解できるように勉強しよう。いくつか問題を解いている内に「こういった問題の解き方はこうだ!」ということが分かってきます。それに気づけるまで似たような問題を繰り返し解くこと。（諦めなければ、必ずできるようになってくる。）
- ・途中の計算や考え方を細かく書けるようにしよう。また、書いたことは間違えていても決して消してはいけません。（どこでつまづいたのかを知るためにとても大切です。）
- ・復習して、わからなかったところは、忘れないうちに先生に聞きにきてください。

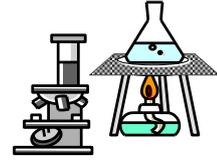
〈テスト前の学習〉

- ・テスト当日に勉強してきた成果を出せるように、体調を整えておこう。
- ・教科書の例題や問題を、もう一度解き直すことも大切です。
- ・実力テストは、テスト範囲が広いので、自分が理解できていない単元を把握して、その単元から勉強すると効率よく出来ると思います。（教科書の目次を見て、苦手な単元にチェックを入れる。出来なかった問題を違うノートに解き直す、テストで出来なかった問題をチェックしておくなど）

〈〈これだけはやっておこう〉〉

- ・その日に学習したこと（問題など）を、その日のうちに見直すこと。

理科



〈毎日の学習〉

- ・授業で習ったことを，教科書や資料集を使って確認しよう。
- ・その日のノートを何度も見返そう。
- ・実験の方法などを振り返り，なぜそういった結果になったかを確認しよう。
- ・実験で使う実験器具や薬品などの名称や使い方を覚えよう。
- ・ワークを自らやり，重要語句や公式などを覚えよう。
- ・間違った所を何度も，書いて練習しよう。

〈予習・復習〉

- ・授業で習ったことを，教科書や資料集を使って確認しよう。
- ・その日のノートを何度も見返そう。
- ・実験の方法などを振り返り，なぜそういった結果になったかを確認しよう。
- ・実験で使う実験器具や薬品などの名称や使い方を覚えよう。
- ・ワークを自らやり，重要語句や公式などを覚えよう。
- ・間違った所を何度も，書いて練習しよう。

復習

※ 授業があった日は，毎日の復習を欠かさず行いましょう！

〈テスト前の学習〉

- ・ノートやプリント，ワークなどを，自分でもう一度整理しよう。
- ・重要語句や公式は，何度も書いてしっかり理解しよう。
- ・授業中に出た問題やワーク等を何回も解き，自分で解けるようになるまで繰り返そう

《これだけはやっておこう》

- ・習った重要語句はその日のうちに覚えよう！

英語科

〈毎日の学習〉…①

- ・授業をよく聞き、話す活動では積極的に声を出そう。
- ・自主勉強用ノートを用意しよう。
- ・ワークやプリントなどで、習った範囲の問題をノートに解こう。
- ・間違えたところは、正解するまでやり直そう。
- ・分からなかったり、忘れていたりした単語・連語は、調べてノートに書こう。



〈予習・復習〉…②

- ・次の授業で習う範囲の本文を声に出して読もう。
- ・次の授業で習う範囲の新出単語・連語の意味を調べておこう。
- ・習った範囲の本文や新出文法が入った文を書いたり、声に出して読もう。そして実際に使ってみよう。
- ・習った新出単語・連語を読めるようにする。何も見ずに書けるようにし、意味も答えられるようにしよう。

〈テスト前の学習〉

- ・①と②を繰り返そう。
- ・授業中に先生が「大事」と言っていたところを確認し、自分がテストを作成するとしたら、どんな問題を出すか考えながら、教科書・ノート・ワーク等を見直そう。

《これだけはやっておこう》

- ・習った単語はできるだけその日のうちに覚えよう。

音楽科



〈毎日の学習〉

- ・クラシック音楽に耳をかたむけてみる。お店で流れる曲や、TVで流れているCMやBGM等を聴いてみよう。少しだけでも曲に馴染んできます。
 - ・好きな曲について調べてみる。好きな曲があれば、歌ってみたり、演奏してみたりして音楽を楽しむ・感じるようにしよう。
- また、気になった、興味がわいた、好きな作曲家なども調べてみることもいいでしょう。

〈予習・復習〉

- ・習った曲を歌ってみたり、リコーダーで吹いてみよう。

〈テスト前の学習〉

- ・実技のテスト前には、歌と器楽（アルトリコーダー）の曲をしっかりと覚えて練習しよう。
- ・しっかりと音符の名前や拍数を把握しておく。覚えていないところがあれば、復習しよう。
- ・習った曲を見返しておこう。

美術科



〈毎日の学習〉

- ・美術は実習「作品づくり」が中心の教科です。
- ・真剣に実習に取り組む姿勢が最も大切です。
- ・また、根気よく、最後まで作品を完成させることも大切です。
- ・普段の授業をしっかりと頑張ろう。

〈予習・復習〉

- ・家庭での学習は特に必要ありませんが、美術館や展覧会にも足を運び、そこで作品を鑑賞し、感性を高める機会もつくろう。

〈テスト前の学習〉

- ・その時の実習「作品づくり」にあった内容について、詳しく勉強しよう。
（例えば、絵画なら観賞，デザイン・彫刻なら道具の使い方など）
- ・テストプリントを使って説明しますので、そのプリントをしっかりと覚えるようにしよう。

保健体育科



〈毎日の学習〉

- ・授業で学んだ動きなどを練習しておこう。
- ・授業で学んだ知識を，ステップアップなどで確認しておこう。
- ・体を動かす機会をたくさんつくろう。
- ・エスカレーターやエレベーターの代わりに階段を使うなど，日常生活の中で体を動かす工夫をしよう。

〈予習・復習〉

【予習】

- ・授業で取り組む種目を，前もってステップアップでルールやポイントをおさえておこう。
- ・授業中に行う実技のテストのポイントをしっかり聞いてよく理解しよう。
- ・保健分野は，普段の生活で起こりうる熱中症・感染症・食事・運動・睡眠など教科書の内容が関わるのニュースや新聞記事などをよく見ておこう。

【復習】

- ・授業の内容や自分のフォームなどをステップアップで確認し，先生が説明している実技のポイントや注意点をメモして見直しておこう。
- ・保健分野は，教科書やノート（板書）をしっかりと見直そう。アンダーラインを引いた箇所など大事な用語は，その内容を説明できるように理解しておこう。

〈テスト前の学習〉

- ・授業内容や要点のまとめを教科書，ノート，ステップアップを見て勉強しよう。
- ・授業で先生が説明した実技のやり方・ポイント・注意点などをメモしておくで復習しやすいです。

技術科

〈毎日の学習〉

- ・授業のプリントをその日のうちにもう一度見直そう。
- ・実習中であれば，その日に行った作業は思い返して何をしたのかを確認しておこう。
- ・実習中に使っている題材，材料，道具，工具，機械などの正式名称や作業の名称を正しく覚えましょう。



〈予習・復習〉

- ・宿題は必ずやりましょう。
- ・予習・復習に教科書はしっかり読みましょう。

〈テスト前の学習〉

- ・ノートのプリントはしっかり見ておこう。
- ・実習中に行っていることは正確に覚えておこう。
- ・実技が伴う内容は，その方法をしっかりと覚えて出来るようにしておこう。

家庭科

〈毎日の学習〉

- ・授業で学習したことを日常生活で使ってみよう。
- ・家族の一員としてできること（お手伝い等）を積極的にやってみよう。
- ・日常生活の中で，疑問に思ったことや興味をもったことについて調べてみよう。



〈予習・復習〉

- ・授業で学習したことをもう一度復習し，日常生活に活かそう。

〈テスト前の学習〉

- ・授業で学習したところを中心に教科書やノートを見返して，しっかり復習しておこう。

以上を参考にして自分の学習方法を見つけてがんばりましょう!!