

# 家庭学習のてびき

～ご家庭の皆様もご一読ください～



平成30年度

藤井寺市立道明寺中学校

( )年( )組( )番 氏名( )

# 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にくいということです。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。中学生になると小学生とは違い、自分の課題を見つけ、自分で自分に合った計画を立てて学習する力が必要になります。そのためにも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

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、

- ① 授業に集中しましょう。また、後で見てわかるようにノートを取り方を工夫しましょう。
- ② 家庭学習の内容を具体的に決めましょう。  
予習をする、復習をする、(宿題をする)、応用的な問題を解いてみるなど

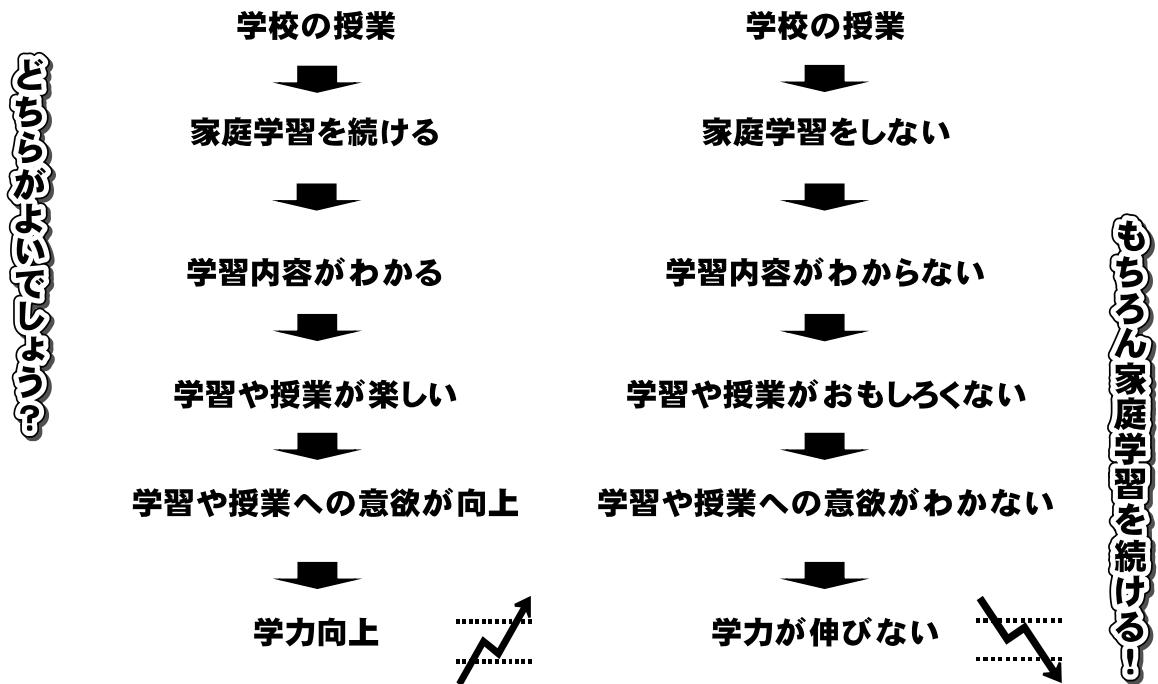
## 2. 学習の習慣化

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, 携帯電話, ゲームなどです。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 学習する時間帯をだいたい決めている			
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, 学習する場所を整頓してから学習している			
⑥ テレビを見ながら, 音楽を聴きながら学習していない			
⑦ 携帯電話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 1年生1時間以上, 2年生2時間以上, 3年生3時間以上学習している			
⑪ 時間にゆとりがあるときは読書をしている			

⑫	毎朝、食事をしている			
⑬	7～8時間、睡眠をとっている			
⑭	午後11時頃までには就寝している			
⑮	毎日、家族で学校のことを話題にした会話がある			

(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**からとされています。

「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も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、本を読む子どもも学力が高いといわれています。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ご協力をお願いします。

# 家庭学習のポイント

## 国語科

### 1・2年生

「家で音読を5回してくる人」と、「家で授業のノートをきれいに書きなおす人」のどちらがいい成績をとれるでしょう。答えは、「音読を5回してくる人」です。なぜかという、国語の授業内容の基本は「読解」だからです。読んで理解することを「読解」と言います。

もちろんノートは大切です。でもノートは、読解のための補助的なものであり、あくまでも学習の主体は本文です。ところが、授業でも、教科書は開かないがノートは書くという人がいます。本末転倒です。

したがって、次のような内容の家庭学習を行ってきてください。

まずは、予習について。授業の前日までに、次のことを済ませておいてください。

- ① 次回授業の進みそうな範囲を予想し、音読を5回しておく。
- ② 読み方のわからない漢字に――を引いておく。
- ③ 新出漢字の筆順を、巻末の資料で確認しておく。
- ④ 意味がよくわからない語句に＝を引いておく。
- ⑤ ④の語句をノートに書き写し、国語辞典で意味を調べ、ノートに書き写す。
- ⑥ 内容がよくわからない部分に～～線を引いておく。
- ⑦ ノートに、よくわからない部分を書き写す。

①～⑦までを予習としてこなしておけば、授業の予習としては完璧です。

あと、復習として次のことを行ってください。

- ⑧ 習った漢字の復習。
- ⑨ 進んだ範囲の音読。
- ⑩ ノート・プリントの見直し。



予習が完璧で、授業のなかで疑問が解消できていれば、復習は音読と漢字の練習程度で結構です。ただし、疑問が解消されていない場合は、必ず次の日に先生に質問したり、友達にきいたりして解決しておきましょう。

### 3年生

上記の予習・復習に加え、1年生の内容から復習していくことになります。国語は本当に範囲の広い教科なので、漢字・語句・慣用句や四字熟語などの語彙知識、文法、説明的文章の読解、小説の読解、随筆や紀行文などの読解、古典・漢文、文学史、作文などと多岐にわたります。したがって、計画的に学習を進めなければなりません。「受験用」の問題集を購入しています。実力テストや夏季・冬季の課題にもなりますので、自分でどんどん解き進めておいてください。1日1ページでも取り組めば十分です。その際、答え合わせを重視して、解説をよく読むように心がけてください。必ず疑問を放置せず、解説を熟読して解消するように心がけてください。

## 社会科

### 3学年共通

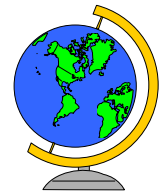
社会科の家庭学習はどちらかと言えば、復習が中心です。極端にいうと予習はしない方がよい場合が多いです。なぜなら授業は、その日のテーマ（単元）を基に、みんなが知らないこと、気づいていないこと、逆に今までに習って知っていることを前提に、わかってほしいこと、発見してほしいこと、をどう伝えるかを考えて組み立てています。

例えば、エジプトのピラミッドの巨石をどうやって運んだのか、という問いを出します。先に答えを知っている人は、「・・・やろ」と答えて終わります。それだけでは授業は深まりません。答えを知らない人は先生のヒントを聞いてあれこれと考えます。他の生徒の意見を聞いてまた考えます。その考える過程が社会科のおもしろさにつながります。社会科は単に暗記すればよい教科ではないのです。

でも、社会科は基礎基本の語句をきちんと覚えておくことも大切です。そして覚える項目がとても多いのも事実です。ですから、家庭では復習をして整理し、理解をして覚えることが大切です。

### 授業ですること

- ① 先生の話を一つと聞くのではなく、指示されている内容をきちんと実行する  
例 教科書の○ページを開ける、資料の写真やグラフを見るなど
- ② ノートの書き方を工夫する  
例 ノートの右端4～5センチに縦線を引く その欄には先生が話したこと、説明のために書いた図、イラストなどをメモしておく
- ③ 授業全体の流れを理解するようにする  
例 摂関政治を習ったときに、これは何時代か、その前はどんな政治だったのかなどをつかんでおく



### 家庭学習

#### 1・2年生

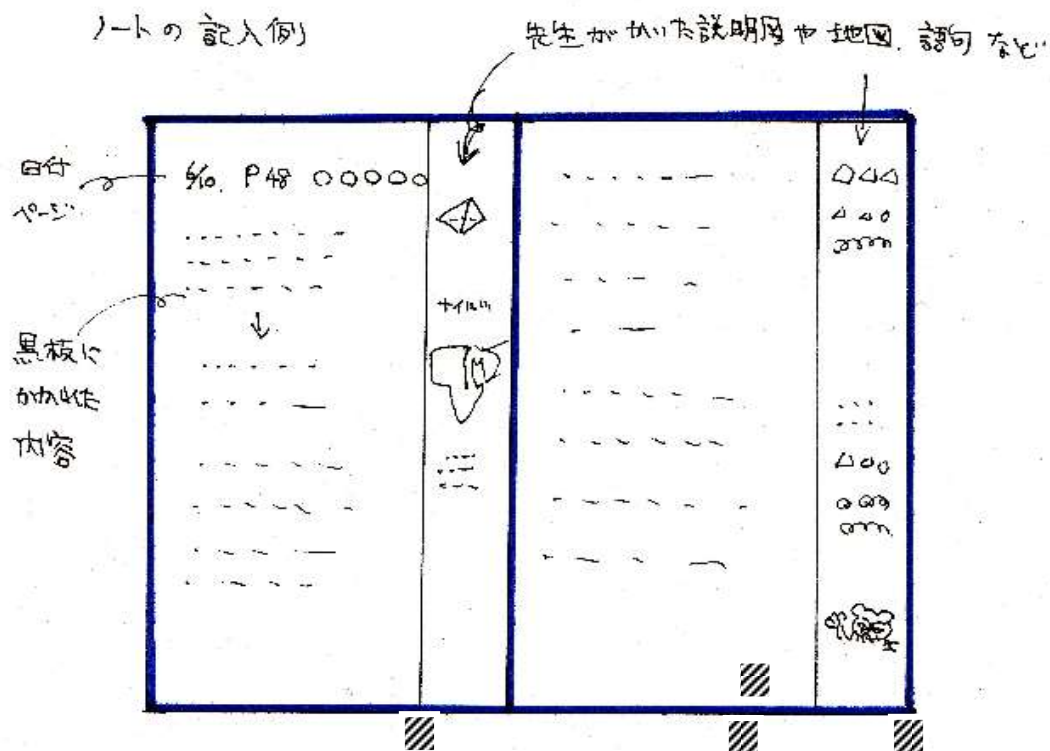
- ① ノートを見て復習する。ノートを見てもわからないことがあれば教科書を読む。
- ② ノートの内容を何度もみて授業の流れを、ノートを見なくても言えるように整理する。
- ③ 学校で配布しているワークを何も見ないでやってみる。わからなければノート、教科書を見て答えを見つける。
- ④ 答え合わせをして、間違ったところ、わからなかったところをチェックして、やり直しをする。

### 3年生

- ① その日の復習は1・2年生と同じ。
- ② 入試に向けての学習も計画的に行う。(1, 2年生で習った地理や歴史の復習をどうするか)
  - ・ 1・2年生の時のノートや教科書を読みなおす。
  - ・ 1・2年時のテストをやり直す。
  - ・ 自分で書店に行き, 要点整理の問題集, 参考書を購入するのも一つの方法。
  - ・ 夏休みの終わりまでに地理, 歴史を一通りやっておく。
  - ・ 2学期以降は入試用の問題集を購入してやってみる。

#### 覚え方のヒント

- ① ワークや問題集には赤ペンで記入し, 後で何度も赤い下敷きを使って覚える。
- ② 英語の単語カードのようなカードを作り, 問いと答えのどちらの面をみても答えられるようになるまで繰り返す。
- ③ 一冊の問題集をくたくたになるまで何回もやる。(問題を見ると瞬時に答えが頭に浮かんでくるまでやる)
- ④ 友達と一緒に問題の出しあいをする, ゲーム的で面白く覚えられる。  
\*一人ひとり自分にあった方法を見つけることが大切です。



# 数学科

## 1・2年生

- ・（その日の復習）数学の授業があった日は、必ずその日に学習した内容に関連する問題を、教科書や問題集から探して解いてみる。 → わからない点があればノートや教科書を参考にする。 → それでも解決しない場合は翌日先生に質問をして解決する。問題は授業ですでに解いた問題でもかまわない。同じ問題を何度やっても、やった回数だけの効果がある。学校の問題集を有効活用してもらいたい。
- ・（普段の家庭学習）数学の学力をつけるには、問題をまんべんなく、しかもたくさん解いていくことに尽きる。そんなに難しい問題はやらなくて良い（基礎ができていれば挑戦していくようにする）ので、今まで学習した全範囲の問題をまんべんなくやって、どこが苦手かを分析し、潰していくことをしていけば基礎学力はついていく。 → 例えば、教科書の最初から、「問〇」を毎日3題ずつ解いていく、次の日はその続きをやる、というようなことも効果的である。 → わからない時は「問」の前の「例」を参考にする。これは簡単に思えるが続けることは意外に難しい。もし続けることができれば、必要な学力・忍耐力・精神力がつくと考えられるので実践してもらいたい。  
また、家にパソコンとプリンタがあり、インターネットにつながっているならば、「百ます計算プリント」を印刷できるものが、「道明寺中学校ホームページ」にあるので、家で毎日1枚やってみよう！力がつくぞ！（どのパソコンでもできるとは限りません。詳しくは数学科まで）



## 3年生

家庭学習は、受験対策学習とその日の教科復習になるが、2つに分けて述べよう。

**受験対策学習**……1週間に1回は、90分以上の時間をかけて入試対策問題を解こう。

- ・8月末までに、1・2年に習った内容の基本問題と標準問題を確実に解けるようにしておこう。このとき、できる問題とできない問題を分け、できない問題は解説を見て再度解いて、2日後にもう一度解いて出来るようになっておこう。
- ・9月～12月には、少し難しめの入試問題にチャレンジし、考える問題を数多く解いて、弱点の克服をしておこう。
- ・1月～ 受験する高校の過去問題を3回解いてみよう。出題傾向が分かるようになる。

② **数学の授業の復習**……授業で出された宿題や教科書の問いや練習問題を確実に解いておこう。（20分程度でよい）

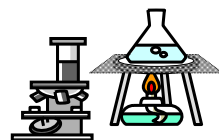
- ・復習をするには、その日の授業の内容が分かっていないと問題が解けないのでまず授業をしっかり聞き重要ポイントはメモを取る。
- ・基本問題は、（なぜそうなるのかという）基礎事項を確認しながら解こう。また文章題も基礎事項をどのように活用するのか試行錯誤しながら解こう。
- ・授業で出された入試対策問題はその日に解けなくても、授業の進度がもう少し進めば解けることがあるので、何日後かには解けるようにしておこう。



## 理科

### 1・2年生

- ・基本的に予習よりも復習に力を入れましょう。
- ・その日に授業で学習したことを思い出しながら、ノートを読み返し、教科書の該当ページを熟読します。図、表やグラフもしっかりと見直しておきましょう。
- ・教科書の太字の重要語句は、チェックを入れたり、表やカードにまとめたりして、確実に覚えましょう。（語句の漢字や、単位、化学式等の記号も面倒くさげらずにきちんと書く習慣をつけておきましょう。）
- ・理科の場合、部分の名前などを覚えることが多いので、必ず図やはたらきと対比させて覚えていきましょう。
- ・観察や実験の操作や安全に関わることも大切です。生徒実験、演示実験、どちらについても丁寧に振り返っておきましょう。
- ・ワークや問題集などは、問題文をしっかりと読み、わからない語句等がたくさん出てきたときは、もう一度、ノートや教科書に戻って学習してから取り組むとよいでしょう。
- ・問題文を3回くらいじっくりと読んで、それでもわからない場合は、解答を見てもかまいません。ただし、答え合わせの後が大切です。解き方や考え方を必ず確認し、もう一度自分でやり直しましょう。
- ・テストについても、テスト後に間違えた問題に注目し、解き方や考え方がわかるまで上記の学習方法で復習をしてください。
- ・問題を解くときは、答えを暗記するよりも、解き方や考え方を理解することが重要です。疑問が出てきたときには、先生に質問してください。



### 3年生

- ・3年の授業で学習していくところの家庭学習の方法は、1・2年と基本的には同じですが、1・2年の復習も同時にこなす必要があるため、計画的に取り組んでいきましょう。
- ・夏休みまでに、自分の苦手な単元や弱点を、洗い出しておくことが必要です。「総仕上げ問題集」や、今までの定期テスト、実力テストなどを活用しましょう。
- ・できなかった問題にチェックを入れ、解き方が理解できるまで取り組みましょう。
- ・入試問題は問題文が長いので、じっくりと集中して読む必要があります。特に大問の後の文に必要な条件や数値等が含まれているので、アンダーラインを入れながら読む、図に値を書き込みながら読むなどの工夫をしましょう。また、答え方（名称で、記号で、値で、単位の有無、等）も注意して答えていきましょう。
- ・たくさん問題を浅くこなすよりも、解き方、考え方をしっかり理解することが、いろいろな問題に対応できる力をつける一番の方法です。時間はかかりますが、あきらめず、一步一步取り組んでいきましょう。

# 英語科

## 全学年

### ① とにかく迷ったら・・・

教科書の本文をひたすら覚えましょう。教科書に間違った文章は絶対にのっていません。まずは「暗唱」。それが出来るようになったら「暗記」にチャレンジ。これができるようになればテストも楽勝でしょう。なんせ暗記出来るようになれば、教科書を見ながらテストを受けているのと変わらないのですから。

### ② いろんな感覚を使って勉強！中でも「音」を大事に！！

単語を覚える時にどうしていますか。読んで覚えますか。それとも書いて覚えますか。単語をながめるだけ？

これは英語にだけ言えることではないと思いますが、いろんな感覚を使って勉強すると頭に残りやすいです。つまり、

- 「目」で見て覚える！
- 「手」で書いて覚える！
- 「口」で発音して覚える！
- 「耳」で自分の発音を聞いて覚える！



という感じです。

中でも、英語の学習において「音」は非常に重要です。英語は文字と音が結びついている言語なので、「読める」ようになると断然「書ける」ようになります。逆に言えば、「読めない単語」を覚えるのはとても難しいです。

### ③ 予習と復習

次の授業で習う部分は、一度読んでおきましょう。

- ① 新しい単語を確認する
- ② 新しい単語の意味を調べる（辞書もしくは教科書の後ろを使って）
- ③ 新しい単語の読み方を考えて予想しておく（間違ってもOK）
- ④ 本文を読んで、読めないところに印をしておく

③・④は授業中に必ず確認すること。とにかく読めない単語はなくすようにしましょう。

復習はとても大事です。時間もないし、予習と復習どちらかしかできない・・・という場合は復習を優先するのがおすすめです。「授業ではできたのにテストになるとできない」を経験したことはありませんか？授業で「なるほど」と思ったことは、練習しなければすぐに忘れてしまいます。でも学校の授業の中では十分な練習はできません。そこで「家庭での復習」がとても大事になってくるのです。内容としては、

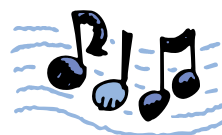
- ① 教科書（読めるかどうかの確認。文章の内容を理解しているかの確認）
- ② 文法（プリント・ワークなどを利用して、とにかく問題を解きまくる。もしくは例文を繰り返し書く）

の2つが効果的です。

## 音楽科

### 授業の復習

- ・①題名、②作詞・作曲者、③歌い出しの歌詞の確認  
その日の授業で歌った曲は、①～③が教科書を見なくても覚えているか、確認すること。  
リコーダーや鑑賞の曲も同様に。
  - ・授業の3日後くらいに、上の①～③を再確認  
通常、音楽は週に1時間（1年生は隔週で2時間）しかありません。次の授業までの1週間の真ん中あたりで再確認してみましょう。（月曜日に授業の場合 → 木曜日に再確認 → 翌月曜日に次の授業）
- \*できれば復習しなくても良いくらい「授業の中で、覚える・練習する」ことを目指し、集中して授業に取り組みましょう。



### 関心を広く

- ・生活の中で耳にする音楽／音に広く関心を向ける  
音楽番組や演奏会、CDに限らず、CMの中で使われる曲や効果音、お店で流れている音楽、電子機器の音などなど…みなさんの身の周りにはたくさんの／いろいろな音楽があります。その良さ、おもしろさや役割を感じる感性を磨きましょう。

## 美術科

### テスト勉強

- ・授業で作った作品の制作手順や注意点、用意する物をしっかりおさえておく。
- ・授業中に配布したプリントを確認する。

### 家庭学習

- ・美術館や展覧会に行き、作品を鑑賞し、感性を高める。



## 保健体育科

### 授業でのポイント

体育授業では、最初に配布したプリントを軸に学習を進めていきます。

- ・その時間の目標をしっかりと確認した上で学習に取り組みましょう！
- ・目標達成に必要な「その運動の基本動作」を調べましょう！
- ・調べた基本動作ができる方法を考え、実際に反復して練習しましょう！
- ・「調べた基本」「自分の考え」「まとめ」をプリントにメモしていきましょう！

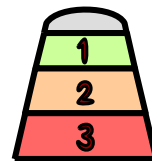
### 定期テストでのポイント

保健分野は、学習の軸となった保健ノートと教科書を中心に復習してみてください。

- ・板書内容と教科書の文や図を照らし合わせながら授業を振り返りましょう！
- ・授業を振り返った後に、保健ノートの問題を解いてみましょう！

体育分野は、学習の軸となったプリントを中心に復習してみてください。

- ・プリントを順番に見返しながら、授業の流れを思い出しましょう！
- ・プリントにメモした部分を大切に振り返ってください。



## 技術科

- ・テスト範囲の指示された所をしっかりと覚える。
- ・テストと模範解答はノートに貼ること。

## 家庭科

- ・とにかく授業にしっかり集中する。  
資料などをしっかり見ながら、大まかで良い（数字等にこだわらず）ので理解するようがんばる。
- ・黒板を写したり、教科書を見ながらの説明の際はアンダーラインを入れたり、書き込みを入れたりして、後で見た時に、ポイントがわかるように工夫しておく。
- ・ノートを整理し、プリントはちゃんとはっておく。  
テスト直前にしっかり見直し、覚えるべき所を重点的にチェックする。  
大事な言葉や覚える方が良い数値などは、授業の中で必ず言っています。  
だから「授業」が大切なのです！



**これらを参考に自分の学習方法を見つけてがんばりましょう！！**



