

家庭を学びの環境に ～自学自習の体得を目指して～

生活にリズムを！～早寝早起き 朝ごはん～

「早寝早起きをする」「朝食をきちんと食べる」など、規則正しい生活リズムが日々の子どもの生活を充実させ、家庭学習の習慣化につながります。

「がんばり」を見のがさずに！

子どもの学習に目を向け、必要な声かけや見届け（点検）を行いましょう。粘り強い努力を本気でほめましょう。

勉強時間を決めて！

最初は短く、だんだん長く。目安は、15分×学年です。テレビを見ながら、おやつを食べながらはやめましょう。

進んで学ぶ好奇心を！

身のまわりや社会の出来事に目が向くように働きかけましょう。PTA行事や地域行事への参加をすすめましょう。

読書に親しむ！

まずは図書館や書店で本との出会いを楽しみましょう。家族での読書や読み聞かせも楽しいものです。

情報（インターネット・携帯電話）との正しいつきあい方を！

役立つ道具ですが、同時に危険性もあわせてもっています。ルールを守り、家族の目の届くところで楽しく使わせましょう。

一緒に家事を！

家族の一員としての責任感と自立心を育てましょう。家族が協力して家事を行うことで、それぞれの大切さを学びます。

人や地域社会の「お役」に立つ行動を！

「おかげさまで」の心を忘れず、人が支えあい励ましあうことの大切さを話し合ひましょう。

先生との連絡を！

わからないこと、困ったことは、遠慮せずに相談しましょう。子どもたちのことを、一緒になって考えていきましょう。

1・2年生

小学校1・2年生
こんな時期です

学習時間の目安

20～30分

「育ち」や「学び」の特徴

- 一人で学習の内容や方法を決めることはまだ無理です。家族の手助けが欠かせません。
- 「やったね!」「よくできたね!」まわりのほめ言葉が、すばらしい意欲を生み出します。
- いろいろなことに興味・関心を持ち、何でも知りたがりです。
- 「早寝早起き」「しっかり朝食をとる」「朝の排便」「正しい姿勢で座る」などの基本的な生活習慣が身に付くと、学習の習慣も身に付きます。

学習内容の特色（学校）

- 「読み、書き、計算」など、基礎的・基本的な学習が始まります。
- 教科ごとに45分間授業が基本です。先生の話をしっかり聞いて学習します。
- 生活と結びついた学習が多く、具体物を使ったり、実際に体験したりします。
- 繰り返し練習することで、力のつく学習内容がたくさんあります。
- 「鉛筆を正しくもつ」「明日の学習準備をする」「整理整頓をする」も、基本となる学習です。

家庭学習のつぼ！3か条

その
1

最後までやり終える！～家族も一緒に根くらべ～

「宿題は最後までやること」を守らせましょう。最後までやったかどうかを必ず家族の目で点検しましょう。テレビやゲームも、時間のけじめをきちんと守らせましょう。根負けせずに、粘り強く働きかけることが大切です。

その
2

子どもにも家事を！～高学年・後期課程になっても～

家庭で、子どもにできる仕事を見つけてください。家族の一員としての自覚が育つとともに、学習に必要な持続力、集中力、根気などが育ちます。こうした家事の分担は、学年が上がってもするべきです。

その
3

子どもが見ているぞ！～子は親のうしろ姿を見て育つ～

大人が、お手本となるような「学ぶ」姿勢を見せましょう。家族ぐるみでよりよい学習習慣づくりに努めることが大切です。読書はとても効果的です。

基本的な学習習慣をきちんと身に付ける。

3・4年生

小学校3・4年生
こんな時期です

学習時間の目安

50～60分

「育ち」や「学び」の特徴

- 自立心が芽生え、自分でやろうとすることが多くなりますが、まだ手助けは必要です。
- 好奇心が旺盛で、行動範囲も広がります。
- みんなと行動することを好むとともに、口答えや反抗が少しずつ見られるようになります。
- 家族の温かい助言や励ましが、やる気を起こさせます。

学習内容の特色（学校）

- 「社会科」「理科」の学習が始まり、学習範囲も大きく広がります。
- 資料集や地図帳、辞典などを使い、調べ学習をすることが多くなります。
- 新しい漢字を、たくさん習います。（品川区3年：200字 4年：202字）
- 算数科では分数や少数など、少しずつ抽象的な内容を学び始めます。
- 四則計算（＋、－、×、÷）の基礎・基本を徹底して学びます。

家庭学習のつぼ！ 3か条

その
1

宿題以外の学習にも挑戦！ ～進んで学ぶ好奇心を～

宿題以外の自主的な学習に積極的に取り組ませ、家庭学習のレベルアップを図っていくとよいでしょう。そのためにも、身のまわりの自然や社会の出来事にも目が向くように働きかけましょう。家事を分担し、進んで行うことも、りっぱな学習です。

その
2

テレビやゲームは、時間を決めて！ ～家族の協力を～

テレビやゲームに夢中になって、時間がだらだら長くなることがあります。けじめをつけさせることが、自律心や学習への集中力を育てることになります。根負けせずに、アドバイスし続けましょう。また、親のテレビを見る姿勢も大切です。

その
3

ほかの子どもと比べない！ ～「がんばり」を本気でほめる～

学習に少しずつ個人差が出てくる頃です。友だちや兄弟・姉妹と成長を比べることは避けて、「がんばり」を見のがさずに、本気でほめましょう。

子どもにも家事を！

自ら机に向かう姿勢を育てる

5・6年生

小学校5・6年生
こんな時期です

学習時間の目安

70～80分

「育ち」や「学び」の特徴

- 一人前に接してもらっているか、大切にされているかなど、大人の評価が気になります。
- 自分を客観的に見つめたり、友達と自分を比べたりするようになります。
- 考える力も大人並みになり、時には大人への反抗も見られます。
- 前期課程のまとめをして、7学年につなげる大切な学年です。
- 得意な教科と苦手な教科を意識し始めます。
- 先生や家族のアドバイスにより、学習に対する意欲や興味・関心が大きく左右されます。

学習内容の特色（学校）

- 「家庭科」の学習が始まり、衣食住の基礎・基本を学びます。
- 学習内容が多くなる上に、社会や世界に目を向けた学習もします。
- 筋道立てて考える論理的な内容の学習や抽象的な内容の学習が増えてきます。
- 自分で課題を見つけ、解決していく学習（問題解決的な学習）が多くなります。
- 自ら学ぶことの面白さや楽しさを経験させ「学び方」や「ものの考え方」を育てます。

家庭学習のつぼ！ 3か条

その
1

予定を立て、計画的な学習を！ ～勉強時間を決めて～

放課後も慌ただしく過ごす子どもが多く見受けられます。その日の予定を立て、見通しをもって学習させましょう。必ず学習する時間帯の設定をさせましょう。最初は、予定通りできないこともありますが、長い目で見守りましょう。

その
2

今一度、基本的な習慣の見直しを！ ～生活にリズムを～

生活リズムの乱れは、勉強嫌いにつながります。「早寝早起き、夜更かしをしない」「朝食をとる」「朝に排便を済ませる」「テレビやゲームの時間を決める」など、中学校生活に向けて、今一度生活習慣の見直しをさせましょう。家事の分担も、積極的に進めましょう。

その
3

目標に向かって努力することの大切さを！

子どもの将来の夢や希望、勉強する目的や勉強方法、学校の様子や親の失敗談など話題にして、目標をもって努力することの大切さを伝えましょう。どれだけがんばったのかが大切です。子どもに「伝記（偉人伝）」を読ませるのもよいでしょう。

子どもにも家事を！

予定を立て、自力で学習を進める。

7・8年生こんな
時期です

学習時間の目安

90～120分

「育ち」や「学び」の特徴

いわゆる「思春期」（大人への入り口）と言われる時期です。

- 心と体の成長がアンバランスになりがちで、不安や悩みを抱えやすくなります。
- 家族に依存したい気持ちと、家族から自立したい気持ちが混在します。
- 矛盾する大人の態度に反抗的になります。また、仲間や友達の影響を強く受けます。
- 中学校生活を有意義に過ごすためには、部活動との両立が大切です。
- 人の役に立ち、地域社会に貢献することで、大きく自尊感情（自己有用感）が育ちます。

学習内容の特色（学校）

授業の内容が大きく変わります。

- 教科ごとに先生が変わることに加え、小学校で学習する内容に比べて、中学校の内容は、質・量ともに、ずいぶん違ったものになります。

自分から課題を見つける家庭学習に変化していきます。

- 最初は宿題から、やがては自分自身で勉強方法や内容を工夫して、何をするか自分で考え、決められるようになることが大切です。

早寝早起き 朝ごはん

家庭学習のつぼ！ 3か条

子どもにも家事を！

その
1

予習で工夫を！復習に重点を！

あらかじめ自分で調べたり考えたりして、授業に臨めば、課題を見つける力もつきます。また、その日のうちに、教科書やノート、プリントを使って学習のポイントを整理し、思い出すように働きかけましょう。「継続」は「習慣」となり、いずれ「性格」にも影響します。

その
2

学校（先生）のプリントの有効活用を！

学校（先生）のプリントには学習のポイントが整理されています。有効に利用するようにアドバイスしましょう。

その
3

「急がば回れ」の気持ちで！

問題に取り組んでいて分からない時は、分かるところまで戻ってやり直すとともに、間違ったところは、必ず見直すことが大切です。先生に相談することもよいでしょう。学習課題をやりきったという達成感と自信が、さらなるやる気を起こします。

9年生こんな
時期です

学習時間の目安

2～3時間

「育ち」や「学び」の特徴

まさに、人生の節目の時期です。

- 自らの進学や就職など進路選択をする時がだんだん近づいてきます。
- 「やらなくては」と分かっているが、思うようにならない自分に苛立ちを覚えます。
- 気持ちが不安定になり、大人がかける言葉に敏感になり、ときには反抗することがあります。

進路に対する情報が不足していると、一層不安が募ります。

- 本人も保護者も、学校（先生）などから正しい進路情報を得ましょう。
- 正しい進路情報をもとにして、家族で進路についてよく話し合しましょう。
- 将来を見すえた目標を明確にもつことが、本人のやる気にもつながります。

学習内容の特色（学校）

- 目先の進路だけを意識すると対策的な学習になりがちです。まず、基礎・基本を確実に身に付ける総復習が必要です。
- 9年生の学習内容は、7・8年生の学習内容とかけ離れて難しいわけではありませんが、9年生の授業の復習と7・8年生の内容の復習とをすることがあるため大変なのです。

9年生になったら、

今一度、家族みんなで生活習慣の総点検を！

!

朝食は必ずとる！

大切なエネルギー源で、脳の働きにも関係します。

!

睡眠時間はたっぷり！

睡眠不足では疲れがとれません。夜更かしはやめ、明日の生活にベストコンディションで臨めるようにアドバイスしましょう。

!

計画的に時間を使う！

特に部活動引退後は、帰宅してから夕食までの時間を有効に活用して生活リズムを整えましょう。テレビの視聴は番組を選び、時間を決めるよう働きかけましょう。

!

挨拶や会話を大切に！

「おはよう」「いってらしゃい」「お帰り」の挨拶はもちろん、楽しい会話で、家族の絆を強く感じ取ることができます。

「安らぎ」と「支え」を

- ・家族として、今まで以上に気を遣う時期です。子どものやる気を尊重しながらも、できるだけ家庭学習に関わっていくことが大切です。
- ・子どもの将来の夢や希望、就職や進学について家族で話し合しましょう。
- ・必要な時は先生とも相談しましょう。
- ・休憩時間、家族から出される軽食や飲み物もうれしいものです。

励まし、自分の目標を明確にもたせる。