

令和7年度

学習の手引き

宇都宮市立旭中学校

「学習の手引き」の発行にあたって

生徒の皆さんへ

現在、「確かな学力」定着のために、学校での学習に加え、復習を中心とした家庭学習の習慣を身に付けることが大切であると、様々な調査で明らかになっています。

そこで、本校では、平成29年度から、生徒が自ら課題を見つけて学ぶ『自主学习ノート』に全校生徒が取り組んでいます。

『朝の読書・学習』、令和7年度から漢字や語句の文章中での意味や文脈に沿って内容をとらえることを目的として、1年生は1年間、2年生は前期に読書に取り組むこととしました。また、2年生後期からは、一人一台端末を活用したAIドリルなどの学習を3年生は、読書または一人一台端末を活用したAIドリルなどの学習を選択して行うこととしました。

この手引きは、家庭学習の内容などをわかりやすく示したものです。

また、生徒一人一人の学力の向上につながるようにしました。

生徒の皆さんがこの「学習の手引き」を利用して、基礎・基本の定着と学習習慣の確立ができることを願っています。

保護者の皆様へ

家庭において、子どもたちが効果的に学習に取り組むために、ご家庭の協力も不可欠なものとなっています。

「学習（家庭・学校）を支える4つのポイント」～栃木県教育委員会～

- ①生活のリズムを整えましょう。
- ②学ぶ雰囲気を作りましょう。
- ③お子さんと対話をしましょう。
- ④努力を認め、励ましましょう。

学校と家庭でこれらのことを実行しながら、旭中学校の子どもたちの更なる学力向上のために、取り組んでいきたいと考えています。

～学びに向かう（自ら学びたいと思い、学び続ける）力を育む取組～

- 1 自ら学習内容を考えて取り組む『朝の学習』で学ぶ意欲の向上
 - 2 自ら課題を見つけて取り組む『自主学习ノート』で家庭学習の習慣化
- *ノートに替えてタブレット用いて家庭学習に臨んだり、ノートとタブレットの両方を目的に応じて使い分けて取り組んだりしてもかまいません。

授業の受け方

学力を付けるために、毎時間の授業を大切にしましょう。

1 チャイム3分前着席！

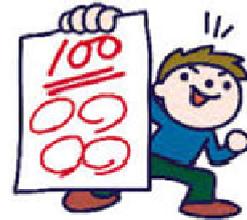
- ・休み時間の間に、次の授業の準備をする。
「机の上に教科書とノートを出してから、休憩しよう。」
- ・チャイムと同時に授業開始。
- ・「お願いします」「ありがとうございました」のあいさつをしっかりと。

2 その日の授業の課題を理解し、見通しをもって授業を受ける。

- ・黒板にある『学習課題』に注目して、学習する内容を理解する。
- ・分からない所はすぐに先生に質問し、その場で理解できるようにする。

3 授業に集中する

- ・指名されたら、大きな声で「はい！」の返事をする。
- ・自分の考えを積極的に発表する。
- ・先生の話や友だちの発表を真剣に聴く。
「背筋を伸ばして・話をしている人に体を向けて」
- ・板書や大切なポイントをノートにしっかりと書く。



テストについて

- ・テスト開始5分前にテスト用紙が配付されます。着席し、静かに待つこと。
- ・必要な筆記用具だけを机の上に準備する。机の中、机のわき通路に物を置かない。
- ・困ったことが起きたら、静かに手を挙げ、監督の先生に伝える。
- ・テスト3原則…

『よく読んで・できるところから・最後まで』

4 あとで見返すときに、役立つようなノート作りをする

- *見やすく（余白を十分にとって、あとから書き加えられるように）
- *わかりやすく（見出しを付けたり、色遣いを換えたり工夫する）
- *ていねいに

自主学習ノートについて

自ら課題を考えて取り組み，家庭学習を習慣化しましょう。

I 自主学習の進め方

ア 自主学習ノートづくり（準備）

- ・生徒各自が，B5判30枚程度のノートを用意する。
- ・ノートは，何冊かに分けてけても構わない。

例) 演習ノート，まとめノート，暗記ノート，間違い直しノート，塾の学習ノートなど

社会科を細かく分けて，地理／歴史／公民ノートなど

- ・表紙・裏表紙に，学年・学級名・出席番号・氏名を大きな文字ではっきりと書く。
 - ・ページの初めに，日付を書く。(必要に応じて見出しやテーマも)
- ### イ 自主学習ノートづくりのポイントや取り組む内容（例）
- ・ページ数1ページ以上（上限はなし）時間的には60分以上とする。
 - ・平日は，学習したことを「復習を中心」にノートにまとめる。
 - ・塾で学習した場合は，塾での教科・時間・内容を記入し提出する。(さらに家庭学習したものを提出してもよい)
 - ・土・日・休日は，自己研究や自分でテーマを作りノートにまとめてもよい。

「塾・習い事・ワーク等ノートに書き込めないもの」

日付・時間・内容をノートに書き込む。

例 4月20日（火）塾 18:00～21:00 数学1次方程式

5月 8日（日）美術の課題 13:00～17:00



何を，どのように，どれくらいやるか？（エ夫・アイディア）

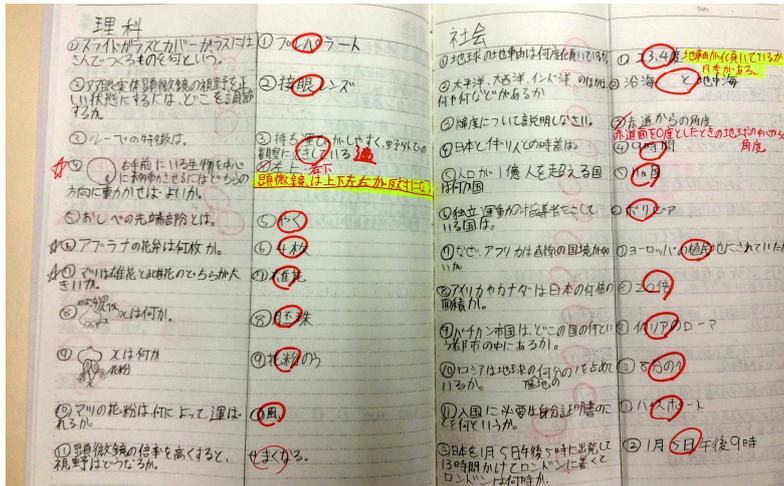
II 自主学習で取り組む内容例

- 国語 漢字の読み書き，教科書の書き写し，授業のまとめ
部首，漢字の成り立ち，書き順を間違えやすい漢字音，音読み訓読み
同音異義語，三・四字熟語，慣用句・ことわざ・故事成語，対義語・類義語
説明文等の読解，読書感想文，テーマ作文，主張文，新聞記事
- 社会 教科書の要点まとめ
世界遺産・都道府県の特産品・日本の地理や名所・国の場所や国旗・
日本とかかわりの深い国・歴史上の人物や事柄・消防署や警察署・
明治―大正―昭和時代の暮らし・環境問題について調べたことをまとめる。
新聞のニュースを読んでわかったことや考えたことをまとめる。
- 数学 教科書やワークの問題，間違えた問題の解きなおし
文章問題を作る。比例・反比例するものの例を考える。計算ピラミッド・
身近なものの長さ・重さ・面積・体積を調べる。コンパスで模様を描く。
いろいろな立体の展開図を描く。表を読み取って様々なグラフをかく。
- 理科 教科書の要点まとめ
雲の名前を覚える。こん虫・植物・動物の絵を描く。図鑑で調べてまとめる。
季節の天気・太陽と月の特徴をまとめる。一日の気温の変化をグラフにかく。
磁石につくもの・つかないもの・電気を通すもの・通さないもの・月の動き・
月の満ち欠け・四季の星座・地震・化石・地層について調べてまとめる。
川の上流・中流・下流の河原の石の特徴を調べてまとめる。
磁石を使っている身近な道具を探す。電子工作を絵と文でレポートする。
- 英語 英単語や英文の書き取り（日本語を見て，英語で書けるようにする。）
英語で自己紹介など簡単な作文を書く。
- その他（土・日・祝日などにやってみるとよいもの 自分の疑問について調べるなど）
- 1 家族旅行で行った場所，美術館，博物館などで観たものについてレポート
 - 2 お年寄りの方から聞いた話や暦，お金について調べてまとめる。
 - 3 買い物をして，料理をして，お手伝いをして気づいたことをまとめる。
 - 4 地産地消とは何か，どこの国から何が届いているのかを調べる。
 - 5 乗り物を利用して，地域の活動に参加して，ペットとの触れ合いを通して，
外国の方と接して気づいたことをまとめる。
 - 6 季節ごとの庭の様子や1本の木を観察して絵と文で記録する。
 - 7 窓から見える景色・田んぼのある風景を季節ごとに絵に描く。
 - 8 好きな音楽を，クラスメイトに紹介する文を書く。
 - 9 作る過程を絵と文で説明したり，しくみを調べてまとめたりする。
- * 宇宙，歴史，電車，こん虫，花，犬やねこ，ロボット，音楽など自分の好きな
テーマで深く調べてまとめたりしたら，本当にいい自主学習になるでしょう。

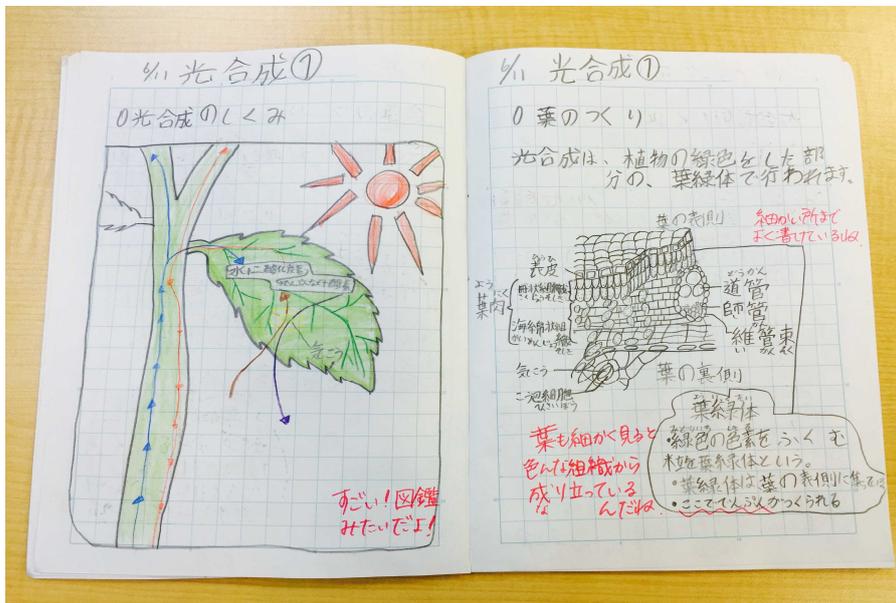
やってみたい内容を見つけて取り組みましょう！

自主学习ノートの書き方 (例)

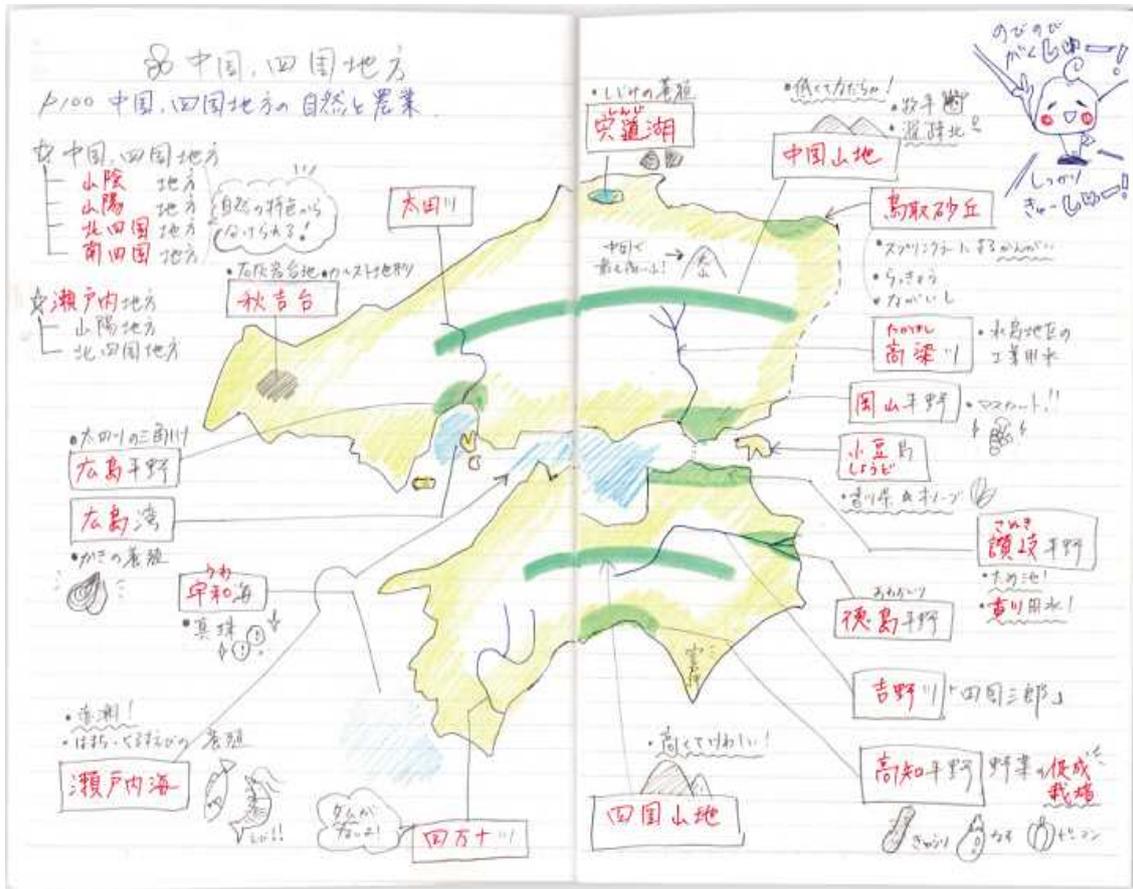
「一問一答」例



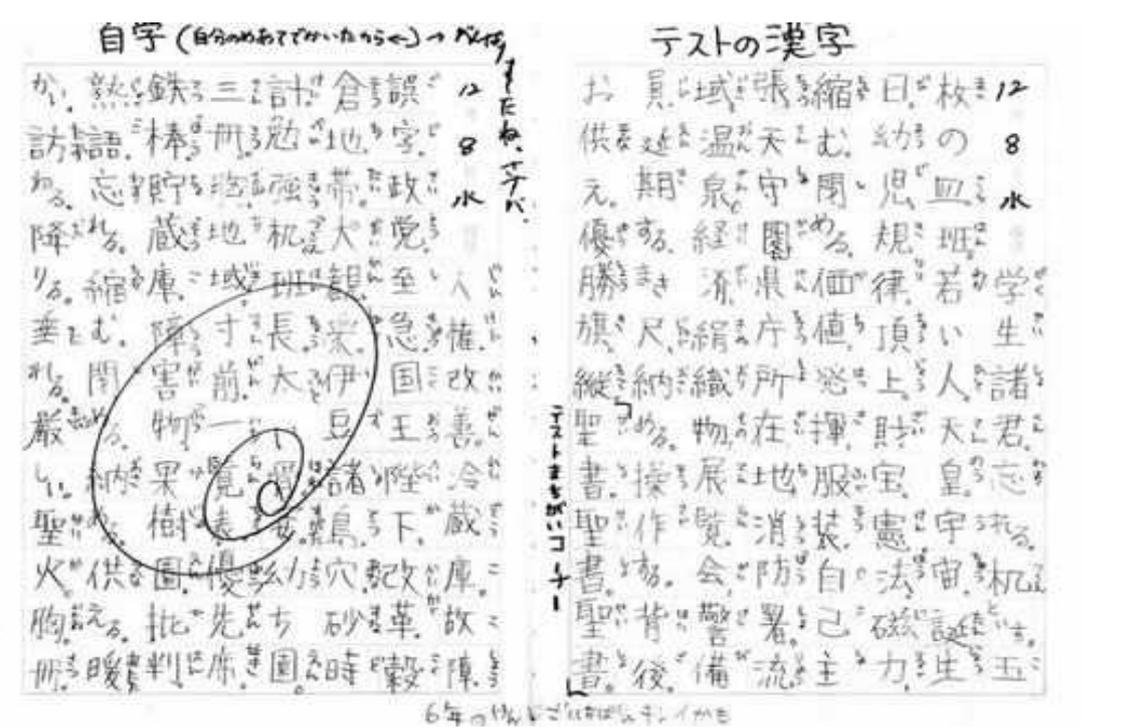
「イラストまとめ」例



「図にまとめ」例



「演習」国語 例



1・2年生の学習

○1年生は毎日90分以上

○2年生は毎日120分以上

家庭学習のポイント

★決まった場所で、決まった時間に勉強を始めましょう。

★目標を明確にして、具体的・計画的に継続して学習に取り組みましょう。

「教科書を読む、単語の意味を調べる、問題を解く、漢字練習する」など

★5教科の予習・復習の仕方

国語	<p><予習>何より、教科書の文章を読むことです。そして、そのあらましをつかみ書き出してみましょう。次に、知らない漢字や言葉の意味を調べておきます。また、日頃から本や新聞などで「読む」習慣をつけておくことが大切です。</p> <p><復習>学習したその日に必ずしましょう。音読や漢字練習を行ったり、ノートを見直したり、AIドリルやワークブックや問題集に取り組みましょう。聞き逃してしまった内容は、e-ボードの動画を参考にしましょう。</p>
社会	<p><予習>教科書を読み、そのページを要約するための重要語句をチェックしておきましょう。</p> <p><復習：地理>自分で略地図を書き、そこに地名や河川、山脈などを書き込め津用にしましょう（知識・技能）。また、気候と地形の特徴とそれぞれの地域の特徴の結びつきを考えられるようにしましょう（思考力・判断力・表現力）</p> <p><復習：歴史>歴史は流れがあるので、自分で年表をつくり、年号（時代）、人物名、できごとと名をセットで覚えるようにしましょう（知識・技能）。また、でき語との関連性を説明できるようにしましょう（思考力・判断力・表現力）。</p> <p><復習全般>授業で出てきた事柄など、気になったことは調べる習慣をつけましょう。</p>
数学	<p><予習>教科書を読み、例題を解き方にそって、自分でやってみましょう。そうすることで“分からないところがどこなのか分かる”ようになります。その部分をチェックしておき、授業にのぞみましょう。</p> <p><復習>教科書やノートを見ながら、授業でやった問題をもう一度やってみましょう。また、間違えた問題は「なぜ間違えたのか」を理解し、もう一度解き直しましょう。</p>
理科	<p><予習>事前に教科書を読んでおきましょう。重要語句は太字で記されているので、チェックしておきましょう。</p> <p><復習>教科書とノートに目を通し、学習した内容が理解できたか確認しましょう。特に、実験の操作等で注意することや器具の使い方など、チェックしましょう。また、公式や計算問題は、授業でやった問題をもう一度やり、AIドリルやワークブックを活用しながら同じような問題を解くようにしましょう。</p>
英語	<p><予習>新出単語の意味を調べたり、教科書の本文を写したりしましょう。</p> <p><復習>基本文や英単語を繰り返し書いて、発音・意味・つづりを覚えましょう。また、教科書をスラスラ読めるようになるまで何回も音読しましょう。ワークブックやプリントの間違えた問題をもう一度解きなおきましょう。</p>

☆☆☆ 勉強の仕方 ☆☆☆

1 ノートは授業と家庭学習をつなぐもの、工夫・活用する！

授業

- ・本時の学習課題を書く
- ・板書事項を書く
- ・自分の答えや考えを書く。
- ・授業の振り返りを書く。

家庭学習で…

- ・授業用のノートにメモを加える。
- ・その日のうちに、授業を思い出して要点をまとめる。

★ノートに書く効果

- (1) 見た、聞いただけでは頭に残らない知識が整理され、記憶される。
- (2) 「これは大切」を意識して繰り返すことで忘れにくくなる。
- (3) テスト前に、ノートが参考書のように役立つ。

2 復習の仕方 (例)

- (1) 写す, 真似る
 - ・授業で学んだことをノートに書き写す。
 - ・何度も、繰り返し書いて覚える。
 - ・何も見ないでも書けるか、確認する。
- (2) まとめる
 - ・ポイントをメモ書きし、図や表にする。
 - ・大切なポイントについて、説明など言葉で補う。
 - ・授業で先生が強調した所や教科書の太字で書いてある所をアンダーライン引くなどして記憶に残るようにする。
- (3) 問題を解く
 - ・基本や応用問題を解き、間違えたら覚えるまで繰り返す。



3年生の学習

○3年生は毎日150分以上

○自分の進路実現に向けて計画的、継続的に学習しよう！

家庭学習のポイント

- ★その日の授業の復習をしっかりとやりましょう。
- ★得意な教科は、問題集などでどんどん進めましょう。
- ★苦手な教科は、わかるところまでさかのぼって復習し、先生に質問して理解できるようにしましょう。
- ★月や週単位で予定を立て、テストに向けて計画的に家庭学習を進めましょう。
- ★1・2年生の総復習は夏休みまでに、または、夏休み中に完了するように計画し、3年生の授業の復習にもしっかり取り組んでいきましょう。
- ★5教科の予習・復習の仕方

国語	<p>＜予習＞何より、教科書の文章を読むことです。そして、そのあらましをつかみ書き出してみましよう。次に、知らない漢字や言葉の意味を調べておきます。また、日頃から本や新聞などで「読む」習慣をつけておくことが大切です。</p> <p>＜復習＞学習したその日に必ずしましょう。音読や漢字練習を行ったり、ノートを見直したり、AIドリルやワークブックや問題集に取り組みましよう。聞き逃してしまった内容は、e-ボードの動画を参考にしましよう。受験期には、AIドリルの過去問を解くようにしましよう。</p>
社会	<p>＜予習＞教科書を読み、そのページを要約するための重要語句をチェックしておきましよう。</p> <p>＜復習＞授業で習ったその日のうちにワークで復習しましよう。授業はおおむね6月まで歴史、7月から公民を予定しています。公民では、普段の新聞記事やニュースで報道されるような語句も出てくるので参考にしましよう。授業に出てきた事柄など、気になったことは調べる習慣をつけましよう。また、受験に向けては、地理も含めて勉強を進めてください。</p>
数学	<p>＜予習＞教科書を読み、例題を解き方にそって自分でやってみましよう。</p> <p>＜復習＞教科書やノートを見ながら、授業でやった問題をもう一度やってみましよう。また、間違えた問題は「なぜ間違えたのか」を理解し、もう一度解き直しましよう。</p>
理科	<p>＜予習＞教科書を読み、太字の重要語句をチェックしておきましよう。</p> <p>＜復習＞教科書とノートに目を通し、学習した内容が理解できたか確認しましよう。実験の操作等で注意することや器具の使い方など、チェックしましよう。公式や計算問題は、授業でやった問題をもう一度やり、AIドリルやワークブックを活用しながら、同じような問題を解くようにしましよう。</p>
英語	<p>＜予習＞新出単語の意味を調べておきましよう。教科書の本文をノートに写し、その意味を考えておきましよう。</p> <p>＜復習＞基本文・重要表現・単語は何度も繰り返し書いて練習し、覚えましよう。教科書でやったことと同じような問題をワークブックや問題集で解くようにしましよう。</p>

☆☆☆ 受験勉強の進め方 ☆☆☆

4月～夏休みの間に

(1) 1・2年生の総復習！ ⇒ 苦手克服

問題を解いて、理解していないところを見つけ、繰り返し解くことで、苦手なところを克服していくことが大切になります。

(2) 基本を徹底的にマスターする！

教科書、ノート、あるいは今まで使ってきた問題集を見直してみましょう。

「太字で書いてあるところ」「囲んである重要事項」「ミスしやすい点」など、大切だと思うところを総ざらいしましょう。夏休みまでに基礎を固めます。



夏休み後～

◇ 実践問題へチャレンジ！

(1) 解けなかった問題を、解けるまで何度も繰り返し解くことで、力が確実に身に付きます。1冊の問題集でも繰り返し解くことが有効です。

(2) 自分の目指す学校の過去の問題を参考にして、同じような発展問題を解くようにすると力がつきます。

(3) 「実力テスト」や「過去の入試問題」で間違えたところは、同じ間違いをしないために十分見直ししましょう。



入試間近になったら

入試と同じ程度の分量の問題を入試と同じ時間内で終わるように、自分で時間を区切って解くようにしましょう。ただし、時間内に解けなかった問題も、そのままにせず、後でじっくりと考えて解けるようにしておくことが大切です。

最後に、「学力アップ」を目指して

授業に真剣に臨み，家庭でしっかり復習する。

- 1 自分で計画・見通しを立てて学習する
- 2 あらゆるテストで，できなかった問題を勉強する
(定期・実力・課題・単元・模試・自己・小テストなど)

効果的な学習方法とは

- 1 変化を付けると効率アップ，時間を制限すると集中力アップ
教科を変える。時間を区切る。休憩をはさむ。体を動かして気分転換する。
学んだあと目を閉じて，今勉強したこと，記憶したことを頭のなかに再現する。
ちょっとの時間で十分，記憶の定着に役立つ。
- 2 復習のタイミングがとても大切
 - (1) 復習は，その日のうちに!
 - (2) 記憶が薄らいできたかな，という頃に復習を繰り返す。
 - ・黙読が中心だが，ときには声に出したり，手で書いたりして覚える。
 - ・大まかに復習してから，わからない所をさらに復習する。
 - (3) 最低でも6時間，十分な睡眠をとる。睡眠中は，じつは前日に勉強したことを脳内で整理し復習しています。

