

家庭学習のすすめ



1 家庭学習の5つの効果

2 お願いしたい5つのこと

家庭学習はなぜ必要なのでしょう。
それは、家庭学習には次のような5つの教育的な効果が期待できるからです。

1 習ったことを忘れない

学校で学習したことを家庭で復習することにより、習熟・定着を図ることができます。特に、漢字や計算は、学校だけの学習ではすぐに忘れてしまいます。学校で習ったことを、家庭でも、繰り返し、毎日練習して定着させることが大切です。

2 脳が発達する

「読み・書き・計算などの反復練習を続けることで脳が活性化する」と言われています。脳は筋肉と同じように、鍛えれば鍛えるほど発達するとも言われています。小学生のうちからどんどん脳を鍛えましょう。

3 学ぶ習慣が身に付く

毎日欠かさず家庭学習をすることで、自ら進んで学ぶ習慣と学ぶ楽しさや喜びを身につけることができます。毎日続けることにより、勉強することが面倒なことではなく、当たり前の習慣になっていきます。低学年のうちから短時間でもいいので、毎日欠かさず（休日も）家庭学習をして習慣化することが大切です。

4 テレビやゲームの誘惑に負けない子になる

家庭学習の最大の敵はテレビやゲームです。テレビを見たり、ゲームをしたりすること自体が問題なのではなく、自分で生活の時間をコントロールすることができず、長時間続けてしまうことに問題があります。毎日、テレビやゲームに2時間以上も費やしている子は、一般的に本を読むのが苦手で勉強が嫌いと言われています。また、人やモンスターを殺したりする場面は子どもにとって刺激が強く、キレやすく暴言を吐いたり、人を軽視したりする傾向になると言われています。テレビやゲームなどの誘惑に打ち勝つことにより、我慢強さ、根気、集中力も養うことができます。その結果学力も伸びていきます。

5 家族のふれあいができる

子どもが音読をしている時にそばで聞いてあげる、子どもがわからない時に教えてあげたり、調べてあげたりするなど、家庭学習をしている子どもに親が関わることにより、家族のふれあい（コミュニケーション）ができます。一緒に読書をしたりする（親子読書）のもいいことです。家族のふれあいの機会が増えることで、子どもの情緒が安定し、心身ともに健康に育ち、自信とやる気を深め、その結果学力も伸びていきます。

前述の通り、家庭学習は5つの効果が期待できます。しかし、効果が上がるかどうかは、保護者の皆様の姿勢にもかかってきます。子どものやる気を出すような働きかけをお願いします。

1 家庭学習は毎日させましょう。

学校では、各学年に応じた家庭学習（宿題）を毎日出しています。学校が休みの日でも例外ではありません。家庭学習はとにかく毎日続けることが大切だからです。休みの日にスポーツをしたり、遠出をしたりして、疲れて家庭学習どころではない場合もあるかと思います。その場合は、スポーツや遠出をする前に家庭学習を済ませておくのも1つの方法です。また、次の日に疲れが残らないように休日の過ごし方を家族で話し合い、実行しましょう。

2 家庭学習は短時間で集中してさせましょう。

学力を伸ばすためには、長く勉強させた方がいいと思いますが、小学生の場合は、1日2日ならなんとか勉強に集中しますが、ずっと毎日長時間やらせていると効果は上がらず、勉強嫌いな子どもになってしまうこともあります。短時間で集中して勉強することが、長続きのこつです。

※家庭学習時間の目安・・・低学年 20分以上

中学年 40分以上

高学年 60分以上

（宇都宮市のスタンダードダイアリーより）

3 子どもが家庭学習をしている間は、テレビを消しましょう。

勉強する場所を決めましょう。勉強に集中するためにも、テレビを見ながらの勉強はもちろん、テレビの音が聞こえるような環境では子どもは集中できません。テレビの音が聞こえるようでしたら、テレビを消しましょう。静かに学習できる環境を作りましょう。テレビやゲームの誘惑に打ち勝つためには、本人はもとより家族の協力が不可欠であることは言うまでもありません。

4 生活のリズムを整えさせましょう。

家庭学習を毎日決まった時間に行うためには、家庭で生活のリズムを整えることが大切です。「早寝・早起き・朝ごはん」は生活リズムの基本です。学校でも家庭でもいきいき元気に学習に取り組むために、ぜひ早く寝かせ、早く起こし、朝ごはんをしっかりと食べさせましょう。テレビを見たり、ゲームをしたり、携帯電話で話をしたりメールをしたりするなど夜更かしをすることがないようさせましょう。就寝時刻は、それぞれの家庭の事情があると思いますが、8時間以上の睡眠時間はぜひ確保したいものです。

5 子どものがんばりを認め、ほめたり励ましたりしましょう。

親や教師が子どものがんばりを認め、ほめたり励ましたりすることにより、自信がつき、進んで学習しようという意欲を高めることができます。反対に、口うるさく強制したり、間違いをきつくとがめたりすると逆効果になります。



学習の内容と家庭でのサポート

家庭学習は、市のスタンダードダイアリーでは、低学年20分以上、中学年40分以上、高学年60分以上を目安としています。
どのようなことを学習させればよいのでしょうか。また、家庭ではどのようなことをサポートすればよいのでしょうか。下の例を参考にしてみてください。

	低 学 年（20分以上）		中 学 年（40分以上）		高 学 年（60分以上）	
学 習 内 容	1年	2年	3年	4年	5年	6年
	- ひらがな、かたかな - 漢字80字 (止め・はね・はらい・筆順・字形) - 正しく音読 - 文の最後に 。を付けて書く。 - 順序に気をつけて作文を書く。 「 」をつかって作文を書く。 - たしざん・ひきざん (くり上がり・くり下がり) - 時計の読み方	- かたかな - 漢字160字 (止め・はね・はらい・筆順・字形) - 正しくすらすら音読 - 原稿用紙の使い方 (段落・「 」・句読点) - 順序に気付けて文章を書く。 - 想像を広げてお話を書く。 - たし算・ひき算の筆算 - かけ算 - 時刻と時間	- 漢字練習 (とめ・はね・はらい・筆順) 漢字200字 - 正しく音読 - 原稿用紙の使い方 (段落・「 」・句読点) - 意味調べ - かけ算やわり算の正しい計算・スピードアップ - 文章問題の整理と理解 - コンパスの正しい使い方 - 田原地域について関心をもつ - 植物や昆虫に対して興味関心をもつ	- 漢字練習 (とめ・はね・はらい・筆順) 漢字200字 - 表現豊かな音読 (大きさ、速さ、感情) - 原稿用紙の使い方 (段落・「 」・句読点) - 主語、述語、修飾語の正しい使い方 - 小数の計算、分数のたし算ひき算の計算練習 - 宇都宮や栃木の産業などに興味関心をもつ (新聞、テレビなどで) - 田原地域について関心をもつ - 植物や自然 (天気・水・空気・土) に対して興味関心をもつ	- 漢字185字の練習 (とめ・はね・はらい・バランス) - 表現豊かな音読 (大きさ、速さ、感情) - 百人一首を覚える - 小数分数のかけ算、わり算の計算練習 - 図形の作図 - 面積・体積の理解・計算 - 都道府県名と県庁所在地を覚える - 世界地図を読む - 日本や世界の産業・政治などに興味関心をもつ (新聞、テレビなどで) - 植物や自然 (天気・水・空気・土) に対して興味関心をもつ	- 漢字181字の練習 (とめ・はね・はらい・バランス) - 表現豊かな音読 (大きさ、速さ、感情) - 百人一首を覚える - 算数の公式の定着・確認 - 図形の作図 - 歴史上の人物や文化遺産などの興味関心を広げる - 日本や世界の産業・政治などに興味関心をもつ (新聞、テレビなどで) - 植物や自然 (天体・空気・土) に対しての興味関心を広げる
	- 読書 - お手伝い - 四季の変化の観察 - 鍵盤ハーモニカの練習 - なわとび・鉄棒・ボール投げなどの練習	- 読書 - お手伝い - 野菜の栽培や生き物の観察 - 公共施設の利用 - 鍵盤ハーモニカの練習 - なわとび・鉄棒・ボール投げなどの練習	- 読書のジャンル拡大 - 家事の分担 - くらしの中での観察 - リコーダーや鍵盤ハーモニカの練習 - 動植物や自然 (太陽の動き・影のでき方) に対しての働きかけ - 方角 (東西南北) の理解 - 年中行事や季節感のある行事への参加	- 読書のジャンル拡大 - 家事の分担 - くらしの中での観察 - リコーダーや鍵盤ハーモニカの練習 - 動植物や自然 (太陽・月・水・空気) に対しての働きかけ	- 読書のジャンル拡大 - 積極的な家事への参加 - 調理や裁縫に興味関心をもつ - 運動への積極的取り組み - 鉄棒・縄跳び・水泳等の練習	- 読書のジャンル拡大 - 積極的な家事への参加 - 簡単な調理・裁縫 - 運動への積極的取り組み - 縄跳び・鉄棒・水泳等の練習
サ ポ ー ト	- 学習のときは近くに - 学校からのおたよりや授業の準備などを一緒に確認 - 読み聞かせや親子読書 - 身の回りの整理整頓 - 姿勢や鉛筆の持ち方など		- 学習環境の整備 - 宿題や持ち物の点検 - 親子読書 - 励ましの言葉 		- 本人の取り組みを認め激励 - 家族の一員としての対応 - 親子読書 - よき相談相手 	

