



学習だより

第3号

令和7年5月7日発行

宇都宮市立陽北中学校
学習指導部

「学習だより」は、本校のホームページからご覧になれます。
携帯電話・スマートフォンから、QRコードを読み取ってご覧ください。



新緑が美しい季節になりました。1年生の皆さんは、入学してもうすぐ1か月。少しずつ学校生活に慣れてきたでしょうか？ 中学校での勉強を楽しんでいますか？ これから部活動も本格的に始まり、毎日忙しくなりますが、今回は「学習」について改めて考えてみましょう。

学校は「学ぶための場所」であり、みんなが気持ちよく過ごす「みんなの場所～公共の場」です。一人ひとりが安心して自分の力を伸ばしていけるように、授業のルールを守り、集中して学びを深めていきましょう。

★今年度の学習の重点目標★

学習の基盤となる態度や家庭学習（自主学習）習慣の育成と、
対話的で深い学びを通した「思考・判断・表現力の学力の向上」

中学校の学習指導要領には、情報化・グローバル化の進展、人工知能（AI）の進化など、これから起こりうる予測困難な時代であっても、自ら課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、判断して行動し、それぞれに思い描く幸せを実現し、明るい未来を、共に創っていきたいという願いが込められています。学習指導要領でのキーワードは「主体的・対話的で深い学び」です。「何を学ぶか」だけでなく「どのように学ぶか」も重視していきます。授業中の具体的な姿として、
例えば、

- ・ 学習課題に対して、見通しをもって粘り強く取り組むこと
- ・ 自分の考えに根拠をあげながら話したり書いたりすること
- ・ 自分の考えと友達の考えを比べて、よりよい考え方に気づいたり新しい発見をしたりすること
- ・ 自分の学びを振り返るとともに、学んだことを他の問題を解決する場面でも活用しようとする

また、人と人との関わりの中で、互いに学び合い、伸び伸びと力を発揮していくためには、思いやりを持って生活することが大切です。

- ・ 一人一人のちがいを認め、自分の考えだけでなく相手の考えも尊重すること
- ・ 授業中、間違った答えを言った人を笑ったり茶化したりせず、誰もが安心して学習できる雰囲気をつくること
- ・ 互いのよさを認め、励まし合って、一緒に成長していこうとする温かい雰囲気をつくること

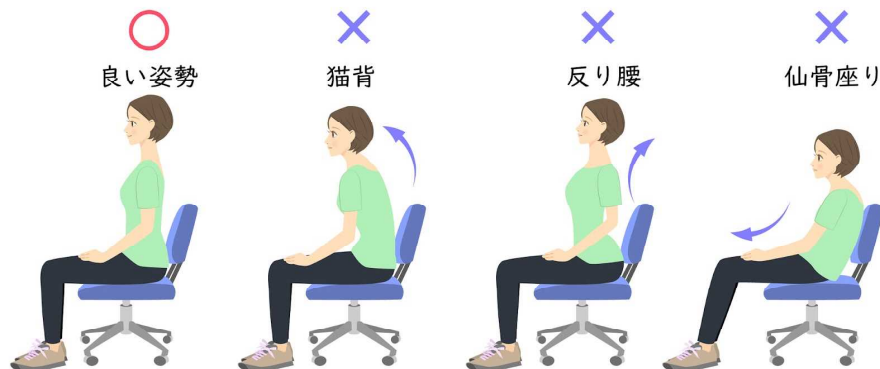
自分の努力の積み重ねが、自分自身を成長させます。1年後どのようなになっていたいか、自分の姿をイメージして、今年度の自分の目標をもち、一日一日を大切にしていきたいと思います。

【学習の約束】

- 1 チャイム3分前着席。着席したら教科書を見ておくことで、予習ができます。
- 2 きちんと「起立」「礼」「着席」、正しい姿勢で椅子にすわりましょう。【基本姿勢】
あいさつは「お願いします」「ありがとうございました」言葉が先、お辞儀は後。
- 3 指名されたら、「はい」と返事をし、はっきりとした声で発表しましょう。
- 4 授業中は私語をせず、集中して学習に取り組みましょう。
- 5 自分の意見をはっきりと発言し、友達の発表や先生の説明をしっかり聞くようにしましょう。
- 6 忘れ物をなくし、提出物は期限を守って必ず提出するよう心がけましょう。
- 7 移動教室は休み時間のうちに完了できるようにしましょう。

【基本姿勢】

- 1 背もたれに背中をつけないようにいすに座る。
- 2 両足の底をピッタリと床につける。
- 3 立っている時の腰のカーブを再現する。(骨盤を立てる感じ)
- 4 手のひらを上にして肩の力をぬいて足の付け根に置く。



<ポイント>

この姿勢は、体の軸をまっすぐにすることで、体幹を鍛え筋力とバランス感覚を養います。基本の姿勢は心が落ち着き、集中力がでてやる気が出ます。脳に酸素を取り入れやすくなり、脳が活性化します。朝の会や授業の始まりに基本姿勢を意識することで、学習に取り組む正しい体の姿勢と心構えをつくりましょう。

【家庭学習の習慣化に向けて】

- 1年生は、家庭学習ノートを全員に1冊ずつ配付しました。毎日1ページ以上学習し、次の日に提出します。どんなことを学習したらよいかは、「家庭学習のすすめ」を参考にして、自分の力を伸ばすための効果的な学習を積み重ねていきましょう。
- 家に帰ってからの時間の使い方を工夫しましょう。勉強をしない日を作らないようにします。
- 個人用パソコン (AIドリル)も活用して、自分にあった学習方法を身に付けましょう。
- 各学年の平日の目標時間

1年生：1時間30分以上	2年生：2時間以上	3年生：2時間30分以上
--------------	-----------	--------------

目標時間は、その日の宿題や予習・復習をするのに必要だと思われる時間です。この時間だけ机に向かっていればよいということではありません。効率的に学習することで、これより短時間でも成果を上げることは可能です。

- 宿題や家庭学習に使用する教科書等の学習用具、個人用パソコンは、きちんと持ち帰りましょう。
また、学校に置いていってよい学習用具について確認し、必要以上の荷物の持ち帰りはやめましょう。