

学習だより

第４号
令和８年５月１８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。

新緑がまぶしい季節になりました。１年生の皆さんは、入学から１か月あまりが経ちました。学校生活のリズムにも少しずつ慣れ、授業や活動の流れがつかめてきた頃だと思います。中学校での学びにも、少しずつ自分なりの取り組み方が見えてきたのではないでしょうか。

これからは部活動も本格的に始まり、毎日がますます忙しく、そして充実していきます。その中で、今回はあらためて「学習」につい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「公共の場」でもあります。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、集中して学びに向かう姿勢を大切にしていきましょう。日々の積み重ねが、これからの大きな成長につながっていきます。

★今年度の学習の重点目標★

対話的で深い学びによる思考・判断・表現力の向上 及び
学習の基盤となる態度や学習習慣の育成

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こと

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みんなでつくること
・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

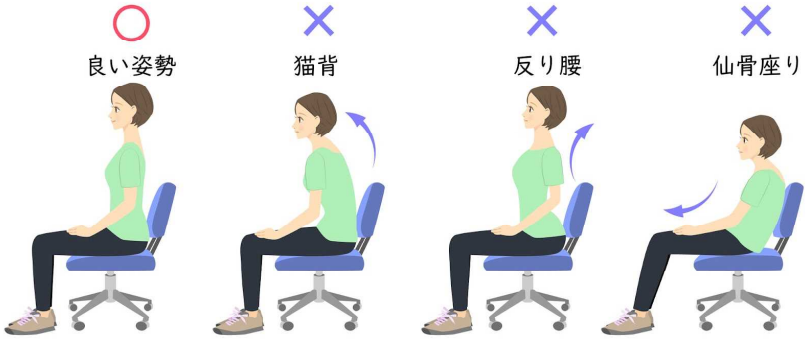
自分の努力の積み重ねが、自分自身を成長させます。１年後どのようになっていたいか、自分の姿をイメージして、今年度の自分の目標をもち、一日一日を大切にしていきましょう。

【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、集中力が出てやる気が出ます。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】

〇１年生の家庭学習について

まず「毎日家庭で学習する習慣」を身に付けることが大切です。学習内容に迷ったときは「家庭学習のすすめ」を参考にし、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。

〇家庭での時間の使い方

家に帰ってからの時間の使い方を工夫し、「勉強をしない日」を作らないようにしましょう。短い時間でも、毎日続けることが大切です。

〇個人用パソコン（AIドリル）の活用

個人用パソコン（AIドリル）も活用し、自分に合った学習方法を身に付けていきましょう。理解度に応じた問題に取り組むことで、学習の質が高まります。

〇学年ごとの平日の目標学習時間

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

これらの時間は、その日の宿題や予習・復習に必要だと考えられる目安です。「この時間だけ机に向かえばよい」という意味ではありません。効率よく学習することで、より短い時間でも成果を上げることは可能です。

〇学習用具の持ち帰りについて

宿題や家庭学習に必要な教科書・ノート・個人用パソコンは、忘れずに持ち帰りましょう。また、学校に置いてよい学習用具を確認し、必要以上の荷物を持ち帰らないようにしましょう。