

加美中学校 家庭学習の手引き

家庭学習は、授業内容をしっかり理解するために大切なものです。毎日時間を決めて、欠かさず取り組む習慣をつけましょう。

復習とは・・・授業が終わった日に、教科書を見直す、ノートの整理をする、授業でやった問題をやってみる、家にある問題集をやってみる、という学習のことをいいます。時間に余裕がない時には復習に力を入れましょう。

予習とは・・・明日の授業で学習する内容について、教科書を読んだり、単語や言葉の意味を調べたりする学習です。

家庭学習 5つのルールを守り学力アップ！

ルール 1 決まった時間に、決まった場所で学習する

毎日、決まった場所で決まった時間に学習を始め、決まった学習時間勉強しましょう。これを続けることで良い習慣が付き、スムーズに学習に取り組めるようになります。

ルール 2 最初に宿題をする

宿題は、学習内容の理解や定着を目指して先生が皆さんに与えられたものです。必ずやることで着実に力がついていきます。

ルール 3 具体的な目標を持って学習する

「英単語を5つ覚える」「数学ワークを2ページ終わらせる」などというように、具体的な目標を持って学習することで、集中力や達成感が高まり、次の学習への意欲につながります。

ルール 4 机に向かうとすぐに学習する

机に向かっても、漫画を読んでいたたり、携帯音楽プレーヤーを触っていたりすると、集中力が途切れて学習に身が入りません。眠くなったら体を動かしたり、顔を洗ったりして気分転換を図りましょう。また、集中して学習するために学習場所の整頓をしておくことも大切です。

ルール 5 体全体を使って学習する

教科書の黙読だけではなく、繰り返し書いてみたり、まとめたり、読んだり、発音したりして、目や耳、口や手をフルに活用して学習すると、定着率が驚くほどよくなることが分かっています。ぜひ心がけてみましょう。

定期考査の虎の巻

学習したことが身についているかどうかを確かめる定期考査（中間考査・期末考査）や実力テストで満足のいく結果が得られないと悩む人もいます。そこで、特別に定期考査の虎の巻を伝授しますので参考にしてください。

1 定期考査がいつあるかカレンダーに書き計画を立てる

- ☆ 目標を具体的に設定する。
- ☆ テスト範囲とテスト日までの日数を考え、その日に何をするのか決める。
- ☆ 時間をつくる。〈時間は自分でつくり出します〉
- ☆ 集中できる環境を整える。

2 授業の内容を見直す

- ☆ 定期考査で出題される内容は、その期間に授業で習ったことが中心になる。

特に先生が強調したことは、テストに出やすいので要チェックです。

次のポイントに注目しながら授業を受けると完璧です。

- ◎ 先生が繰り返し説明したところ
- ◎ 板書で色を変えたり、線を引いたり、まるで囲んだところ
→ノートに写す時も同じように、色を変えたりマーカーで囲んだりしておきましょう。
- ◎ テスト前にもう一度先生が説明した内容
→テスト前に出る確率が高いです。必ずノートをとっておきましょう。

- ☆ プリントをチェックする。

授業中配られたプリントには、大事なことが分かりやすくまとめられています。→テスト前には必ず見直しましょう。

プリントで間違えたところは、自分が理解できていないところです。

→どこでつまづいてしまったのかチェックして、確実に解けるようにしておきましょう。

- ☆ 授業中使用した小テストや宿題に出された問題プリントを見直す。

テストの範囲の内容が出されているテストの答案を見直すことは、テスト対策として効果的です。スペルミスや単位の書き漏れなど、あなたの間違えやすいポイントが分かります。同じミスをしないように意識すると得点アップにつながります。

3 問題演習に取り組む

「新研究定着ノート」や自分の購入している問題集の問題を繰り返し演習しておきましょう。

中学 1 年生

めあて：計画的・継続的な学びを進める

学習時間のめやす 105～120分 目標 2時間

ワンポイントアドバイス

☆「毎日何時間勉強する」「毎日教科書（問題集）を何ページする」など具体的な目標を立てよう。

☆学校の時間割に合わせてその日のうちに復習をしよう

☆毎日決まった場所で、決まった時間に決まった教科を勉強しよう。

家庭学習のコツ！3箇条

1 復習に重点を！

その日のうちに教科書やノート、プリント・ワークなどを使って学習のポイントを整理し思い出す、復習をするように心がけましょう。復習することで、授業の理解度や定着が大きく違ってきます。

2 学校・先生のプリントの有効活用を！

学校で配られるプリントには学習のポイントが整理されています。バラバラにならないように整理して、活用することが大切です。また、テストの直しはとても重要です。間違えた問題をやり直すことはかなり労力が必要になります。しかしこれこそが理解への近道！間違えた問題をチャンスとして生かしていきましょう。

3 分からないところ、間違ったところを大切に！

問題に取り組んで分からない時は、分かるところまで戻って解くことが大切です。分かるところまでやり直すとともに、間違ったところは必ず見直しをし、問題に印をつけておきましょう。印をつけた問題を先生や友達に相談してもいいし、テスト前には印をつけた問題を重点的に確認しましょう。

中学 2 年生

めあて：予習・復習を中心に自主的な学びを進める

学習時間のめやす 105～180分 目標 2時間30分

ワンポイントアドバイス

☆「毎日何時間勉強する」「毎日教科書（問題集）を何ページする」など具体的な目標を立てよう。

☆学校の時間割に合わせて復習に予習を加えて勉強しよう

☆毎日決まった場所で決まった時間に決まった教科を勉強しよう。

家庭学習のコツ！3箇条

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。「継続は力なり」やがて「習慣」となり、いずれ「性格」にも影響します。

2 学校・先生のプリントの有効活用を！

学校で配られるプリントには学習のポイントが整理されています。バラバラにならないように整理して、活用することが大切です。また、テストの直しはとても重要です。間違えた問題をやり直すことはかなり労力が必要になります。しかしこれこそが理解への近道！間違えた問題をチャンスとして生かしていきましょう。

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、分かるところまでやり直すとともに、間違ったところはマークを入れておいて、必ず見直すことが大切です。分からないところを先生に相談することも良いでしょう。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。

中学 3 年生

めあて：進路に向けて目標を明確にして取り組む

学習時間のめやす 120～180分 目標 3時間

ワンポイントアドバイス

☆得意な教科は問題集などでどんどん進みましょう。

☆苦手教科は分かるところまでさかのぼってやってみましょう。

☆先生から自分に合った学習方法をアドバイスしてもらいましょう。

家庭学習のコツ！3箇条

1 進路の目標を具体的に決めて、計画を立てよう！

進路の目標がはっきりしないと具体的な計画は立てられません。目標はできるだけ早い目に決めて、目標に向けて何が不足しているのか、何が必要なのか、現在の力をよく考え、努力すべき点を明確にすることが大切です。そのためにも進路の目標について、家族でしっかりと話し合しましょう。

2 生活のリズムを整え、時間を上手に使おう！

睡眠不足では疲れがとれず集中力も続きません。朝食は大切なエネルギーで、ぬくと脳の働きにも影響します。自分の力を最大限に伸ばすために、生活のリズムを整え、家庭学習の時間やテレビなどの視聴時間など上手な時間の使い方を工夫しましょう。また分担した家事も続けましょう。

3 3年生の学習内容と1・2年生の復習を両立させよう！

部活動引退前、部活動引退後、長期休業中など、時季によって時間の使い方を工夫しよう。（例えば、引退後の平日は3年生の復習中心、休日は1・2年生の復習中心。夏休み中は1・2年生の復習を中心。冬休みは、出題傾向を調べ進路希望に合った問題集などに挑戦。）自分に合った方法で工夫して、中学3年間のまとめの学習になるようにしましょう。