

改訂版

家庭学習のすすめ



- ① 学ぶことの大切さを知る
- ② 学びの計画を立てる
- ③ 学んだことを伝える
- ④ 学びの土台をつくる
- ⑤ 疑問をもつ
- ⑥ 学びをいかす
- ⑦ 体力をつける
- ⑧ 望ましい生活習慣を身につける



明るい未来と夢に向かう方位磁針

山梨県教育委員会

Yamanashi Prefectural Board of Education

「^{かいぜん}学びの^{じょう}甲斐善八か条」について

「甲斐善」…ここでは、次の意味として使っています。

- ① 山梨（昔は甲斐の国）の子どもたちのよりよい学び
- ② 今の取り組みの改善

*八か条を基に学びの高みを目ざしましょう。

山梨県教育委員会では、確かな学力を身につけるためには家庭学習が極めて重要であると考えています。「学びの甲斐善八か条」は、山梨の子どもたちの家庭学習の^{かいぜんさく}改善策として、その大切さとポイントを示したものです。この八か条が各学校での取り組みをさらに^お推し進め、家庭での学習を^{じゅうじつ}充実させるきっかけとなつてほしいと考えます。

「八」は、その形から^{すえ}未広がりを表す幸運の数でもあり、^{ほういじしん}方位磁針は、方角を示す器具です。この冊子が子どもたち自身の未来の方向を指し示し、一人一人の夢に向けた歩みや山梨の家庭学習文化づくりにつながることを願っています。

本県の全国学力・学習状況調査の結果（H28）から

次の各項目について改善することが学力向上につながります。

- 家で学校の授業の^{ふくしゅう}復習をする。→ 第二条，第三条，第四条
- 地域の行事に参加している。→ 第五条
- 家の人と学校の出来事について話をする。→ 第三条
- 新聞を読んでいる。→ 第五条
- 朝食を毎日食べている。→ 第八条
- 自学自習に取り組んでいる。→ 第六条
- 読書をしている。→ 第五条

上の項目について、家庭での生活を振り返ってみましょう！



学校で学習したことを確実に身につけるために、これから示す八か条に取り組みましょう！

学ぶことの大切さを知る

学びをとおして、できた喜びを感じることで、学びが自分のため、人のためになることを考えることが大切です。

●学ぶことで自分自身を成長させよう！

勉強することは大変だと感じることもあります。が、わからなかったことがわかったときの喜びは大きいものです。さらに、学ぶことで新しいことを知り、少しずつ自分自身を成長させることができます。

●学びを人のために役立たせる気持ちをもとう！

ノーベル賞を受賞した大村^{さとし}智^{つね}先生は、常に「人の役に立つこと」を考えていたそうです。この言葉から、「学んだことを人の役に立つようにすることが重要だ」というメッセージが伝わってきます。

●自ら学ぶ気持ちをもとう！

自分自身を成長させ、社会の中で多くの人の役に立つためにも、「自ら学ぶ気持ち」をもつことが大切です。



大村智先生

私は常に人の役に立つことを考えていました。

ポイント

- できたことやできるようになったことを確かめてみよう。
- 生活の中で人の役に立つことを意識してみよう。
- 大人になった時の自分の姿を想像してみよう。



学ぶことの意味を考えることが学びの原動力！

学びの計画を立てる

目標をもち、計画を立てて、1日・3日・1週間…と^{けいぞく}継続して取り組むことが^{しゅうかん}習慣化につながり、^{たし}確かな力となります。

●時間を味方につけよう！

家に帰ってからの時間をどう使っているか考えてみましょう。学習に使える時間が見えてきます。

●自分の目標を決めよう！

何を、どのように、どのくらいしたらよいかが見えてきます。

●短期・中期・長期の計画を立て、見通しをもって取り組もう！

1日・3日・1週間…と計画を立て、取り組んでみましょう。家庭学習の習慣化は最初が大切です。^{じゅぎょう}授業の^{ふくしゅう}復習からスタートしてみましょう。やり^と遂げた自信は次の一歩へつながります。

ポイント

- 学習時間をどう生み出すか考え、取り組みやすいところから始めてみよう。
- 学習する時間帯と場所を決めて取り組もう。
- 宿題や復習を続けられる学習リズムを身につけよう。
- その日に学んだことを記録しておこう。



見通しをもって計画を立てることが大事！

学んだことを伝える

学校で学んだことを家の人に伝えることが、授業内容を振り返ることにつながります。家庭では、団らんの時間をつくるなど、学んだことや感じたことを話したくなる雰囲気大切です。

●学んだことを伝えよう！

先生になったつもりで、学んだことを家の人に教えてあげましょう。学校の授業の復習につながります。

●わからないことを話そう！

わからないことをそのままにせず、家の人に話しましょう。そして、解決のヒントをもらいましょう。

●学校での出来事を話そう！

学校での出来事やそのときに感じたことを、家の人に話しましょう。

やってみよう！

今日は国語で「スイミー」を読んだよ。

それは、
どんなお話？



家の人とこんなことを話してみよう

- 授業で新しく習ったこと
- 授業でおどろいたことや感動したこと
- 授業で「なるほど」と感心した友達の発言
- 授業でむずかしかったこと
- 学校で印象に残った出来事ベスト3

人に伝えることが学んだことの定着に有効！

第 四 条

学びの土台をつくる

考えたり表現したりするときの基もとになる基礎きそ・基本きそを確実かくじつに身につけることが大切です。



●基礎・基本を身につけよう！

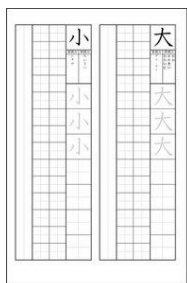
漢字や言葉を正しく読んだり書いたりすること、正しく計算すること、地域ちいきや自然について知ることなどは、いろいろな学習の土台となります。

●授業じゅぎょうの復習ふくしゅうをしたり、繰り返して学習くしたりしよう！

基礎・基本を身につけるためには、学校の授業の復習や、繰り返し練習することが大切です。

また、それらを日々ひびこつこつ積み重ねるがんばりが、学力を高めることにつながります。

計算の次は
漢字練習！



ポイント

- 今日の授業で学習したことを、教科書やノートを見ながら思い出してみよう。
- 思い出したことをノートに書き出して、学習したことを振り返ろう。

学習の土台をつくるためには繰り返しが大変！

第五 条

ぎもん 疑問をもつ

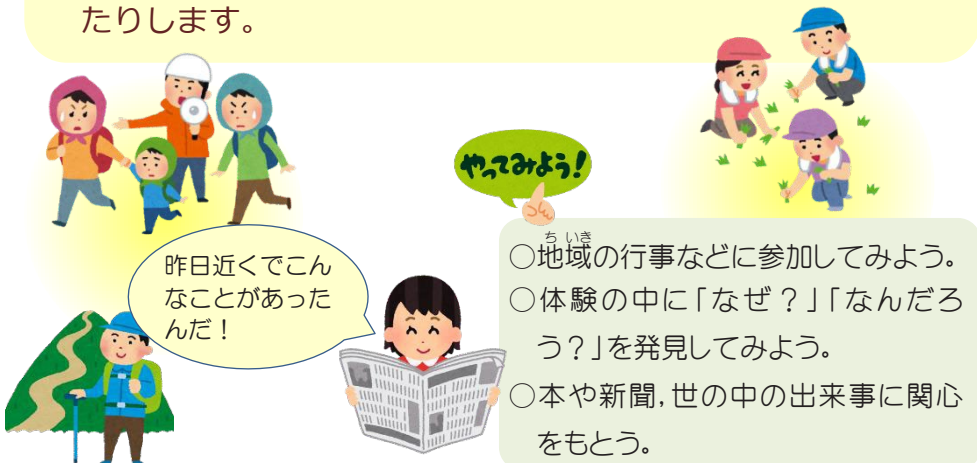
「なぜ?」「なんだろう?」と感じたり考えたりすることが学びのエネルギーになります。

●いろいろな体験をしよう!

「なぜ?」「なんだろう?」と感じたり考えたりするためには、いろいろなことを^{じっさい}実際に体験することが大切です。山梨県の^{ゆた}豊かな自然や身近な生活の中での体験から疑問に思ったことを見つけ、「なぜ?」「なんだろう?」と声に出してみましょう。

●本や新聞を読もう!

本や新聞を読むことも大切です。疑問に思ったことが^{かいけつ}解決できたり、新たな「なぜ?」「なんだろう?」のきっかけになったりします。



「なぜ?」と思うことが学びの始まり!

第六 条

学びをいかす

自分で調べ、考え、表現^{ひょうげん}して問題を解決^{かいけつ}する力が求められています。そのために、学校で学んだことを家庭学習で使うことが大切です。

●疑問に思ったことについて調べ、考え、表現しよう！

日常生活^{にちじょう}の中にはたくさんの「なぜ？」があります。「なぜ？」と思ったら、学校で学んだ「調べ方、考え方、まとめ方」を基^{もと}に、むずかしいところは家の人や先生にも聞きながら調べてみましょう。そして生活の中で使ってみましょう。

たくさん出てくる疑問を自分で解決できること。これこそが学習の一番の楽しさです。

宿題

自主学习1

授業の予習や復習

自主学习2

興味や関心のある
ことの学習

*土・日曜日などの休みの日に
取り組んでみよう。

- 郷土^{きょうど}学習教材を見て疑問に思
ったことを調べてみよう。
- 漢字の成り立ちを調べてまと
めてみよう。
- 美術館、博物館などに行った
感想を書いてみよう。 など

わかった！
調べてよかった。



ポイント

- 「総合^{そうごう}的な学習の時間」などで調べ
方やまとめ方を学習しています。そ
こで学んだことを使っていこう！

学んだことを使っていくことが大事！

第七 条

体力をつける

体力は何かに取り組むための原動力です。
一日の中に運動する時間をつくり、実践じっせんしてみることが大切です。

●体力の向上を図ろう！

適度てきどな運動は、体力がつくだけでなく、健康を保つことやストレスを和らげるなど、よい効果こうかがあります。そして学習へのがんばりや粘り強さ、集中力を高めることにもつながります。

やってみよう！

お気に入りソングで ジャンピング



その1 自分の好きな曲を1曲決めよう！

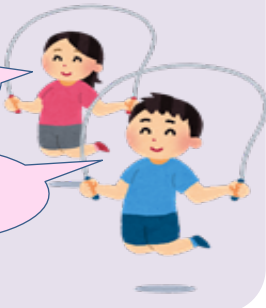
その2 曲を流しながら、または歌いながら、1曲終わるまでなわとびを続けよう！

その3 毎日続けよう！

* 月が変わったら、自分のお気に入りソングを変えても楽しいね。

毎日1曲ジャンピングよ！

よし！継続けいぞくは体力なり～



スキ間の時間で リフレッシュ



その1 ストレッチでリフレッシュしよう！



スッキリ～

その2 曲の振り付けに合わせていっしょにおどってみよう！

ノリノリだよ！
楽しい～



* 勉強の合間にストレッチやダンスをすると、頭も体もスッキリするよ！試してみてくださいね。

集中力を高めるためにも体力をつけることが大事！

第八 条

しゅうかん 望ましい生活習慣を身につける

「早寝早起き朝ご飯」「学習用具の整理整頓」など、望ましい生活習慣を身につけることが大切です。

●朝の活動を大切にしよう！

睡眠をしっかりととり、朝すっきりと目覚め、一日のリズムをつくることができるように、早寝早起きを心がけましょう。

また、学習も運動も脳の働きが基であり、脳の働きをよりよくするためには朝の活動が大切です。特に、朝ごはんを食べることは効果的です。しっかりと噛んで脳の働きをよくしましょう。

●望ましい生活習慣について話し合おう！

学習の準備も大切です。身の回りの整理整頓やテレビなどを消して学習することから取り組みましょう。

規則正しい生活が学びのベースです。望ましい生活習慣づくりについて、家庭で話し合ってみましょう。



おすすめ

しっかり噛むことで脳の働きがよくなり、学習効果のアップにもつながります。

朝ご飯のモグモグが効果的です。



や っ て み よ う

ここからは、具体的な取り組み例をしょうかい紹介します。これらの例を参考にし
て、進んで「学びの甲斐かい善ぜん八はちか条じょう」に取り組んでいきましょう。

第一条

学ぶことの大切さを知る

→P2へ!



- 「働くこと」について家の人や先生に聞いて、思ったことを書いてみよう。
→「わたしたちはなぜ学ぶのか」、しょうらい 将来の夢や働くことへの関心が高まります。

- 伝記や物語、詩などの本を読んで、心に残った言葉やできごとを
書いてみよう。 →いろいろな考え方や生き方にふ触れることができます。

第二条

学びの計画を立てる

→P3へ!

- 学習する時間帯と場所を決めて取り組もう。

家に帰ったら、(時 分～ 時 分)までやります。
勉強する場所は、()です。

- やること(めあて)を決めよう。

短期

今日やることは…

- ・教科名
- ・内容
- ・時間 など

中期

3日目までにやることは…

長期

1週間後までにやることは…

やってみたいな、
調べてみたいな、
興味きょうみをもったこと
や今自分に必要な
勉強は何かを考えて、
計画を立てよう!

や っ て み よ う

第三条 学んだことを伝える

→P4へ!

- 学校で学んだことで印象に残ったことを家の人に伝えてみよう!



家の人に伝えたいことを書きましょう!



家の人からのアドバイス!
感想を書いてもらいましょう!

第四条 学びの土台をつくる

→P5へ!

- 毎日くり返し取り組むことを決めよう!

→^{きほん}基本問題を必ず入れましょう。(例: 漢字練習・計算練習・音読など)
高学年になったら、日記を書くこともおすすめです。作文力がつきます。

できることからコツコツと、
少しずつでも
毎日やろう!
短い時間に集中してやる
ことが大切です。



- 夜、ねる前までに、明日の^{じゅんび}準備をしよう!

(低学年の人は、自分で準備したあとに家の人に^{てんけん}点検してもらいましょう。)

→学校の勉強に集中するために、忘れ物をなくす努力をしましょう。

- 予定表や時間割を見て、教科書をそろえる。
- ノートや筆入れの中身を点検する。
- 持ち物を準備する。



できたものには、にチェック✔しよう!



第五条

ぎもん
疑問をもつ

→P 6へ!

- 疑問に思ったことを、メモしよう!

→身近な生活の中での体験から、疑問に思ったことを書いてみましょう!

ゆたかな自然の中
で、実際に体験
したことを思い
出してみよう!

→本や図鑑、新聞を読んで「なぜ?」「なんだろう?」と思ったこと
を書き出しましょう!

なぜ?
なんだろう?

第六条

学びをいかす

→P 7へ!

- 上の疑問について、調べてみよう!

→疑問に思ったことを解決する方法を書いてみましょう!

(例: 図書館の本で調べる, インターネットで調べる, 友達に聞いてみる, など)

→解決したことを書いてみましょう!

第七条

体力をつける

→P 7へ!

- 曲にあわせて，なわとびで体力をつけよう！

今月の曲

月		目標				
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

なわとびをとんだ日に
チェック ✓ しよう！

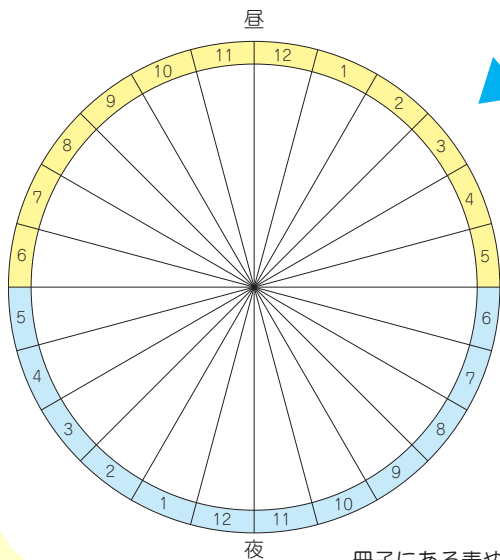
今月の反省

第八条

望ましい生活習慣しゅうかんを身につける

→P 8へ!

- 1日の予定表をつくろう！



記入例→勉強：緑 食事：赤
読書：黄緑 あそび：オレンジ
すいみん：青 運動：ピンク
〇〇：紫 〇〇に入る内容を決めて左の円グラフに色分けして書き入れてみよう。

これだけはやるぞ3点チェック

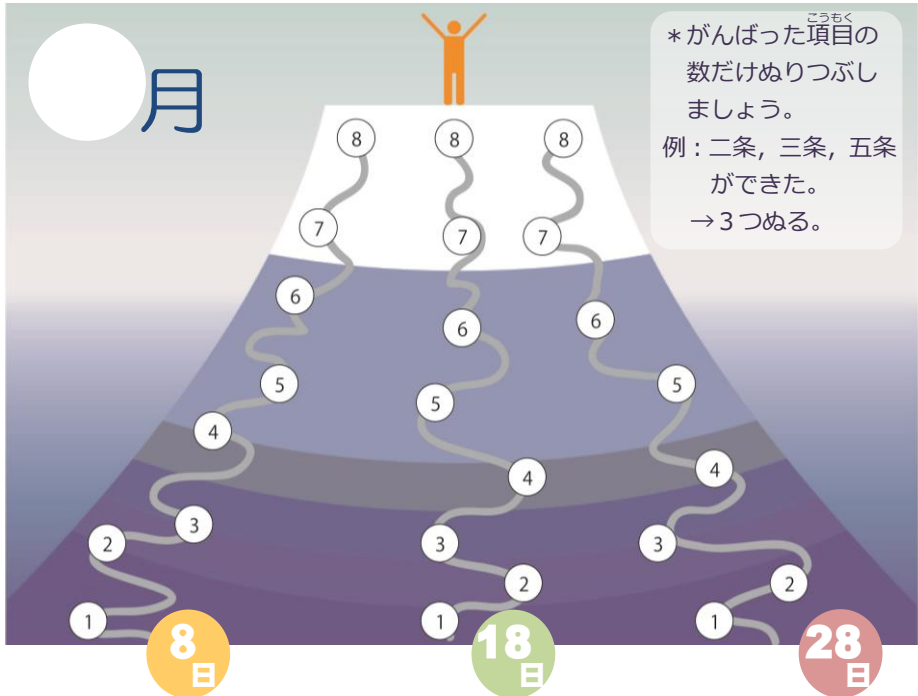
-
-
-

できた目標にチェック ✓ しよう！

■ 家庭学習チェック表

八のつく日に自分の家庭学習を振り返りましょう！
今回のあなたのがんばりはどうだったかな？

下の図は、裏表紙に記されたサイトからダウンロードできます。



上の図を参考にしっかり振り返りましょう！
保護者の方も一緒に確認してください。

保護者の方もチェック！

- お子さんが学習しやすい環境づくりに努めていますか。
- お子さんの学習の様子を定期的に見たり、話題にしたりしていますか。
- テレビ、ゲーム、スマートフォンや携帯電話などについて、約束事を決めて守らせていますか。
- お子さんのよいところを見つけて、それをお子さんに伝えていきますか。
- 将来の夢や働くことについて話をしていますか。

今回はどのくらい
がんばったかな！



山梨県教育庁義務教育課

〒400-8504 甲府市丸の内 1-6-1

TEL : 055-223-1765

FAX : 055-223-1759

WEB サイト : <http://www.ypec.ed.jp/gimukyo/kateigakusyu/>



冊子にある表や図は、上に記されたサイトから
ダウンロードできます。