

# 大口家庭学習のスタンダード

家庭での学習は、学校での学びを自分のものにし、さらに広げていく大切な時間です。家庭で学習といっても、どのようにすればよいのか、どうすれば学習習慣が身に付くのか、お悩みの方もいらっしゃると思います。家庭学習のスタンダードとして、3つのポイントを挙げました。お子さんと一緒にチャレンジしてみてください。

## 子どもの学びを支える 3つのポイント

1. 学習環境づくり    2. 宿題+自主学習    3. 望ましい生活習慣

### ポイント1 学習環境づくり

まず、「家庭学習のルール」を決めることが大切です。



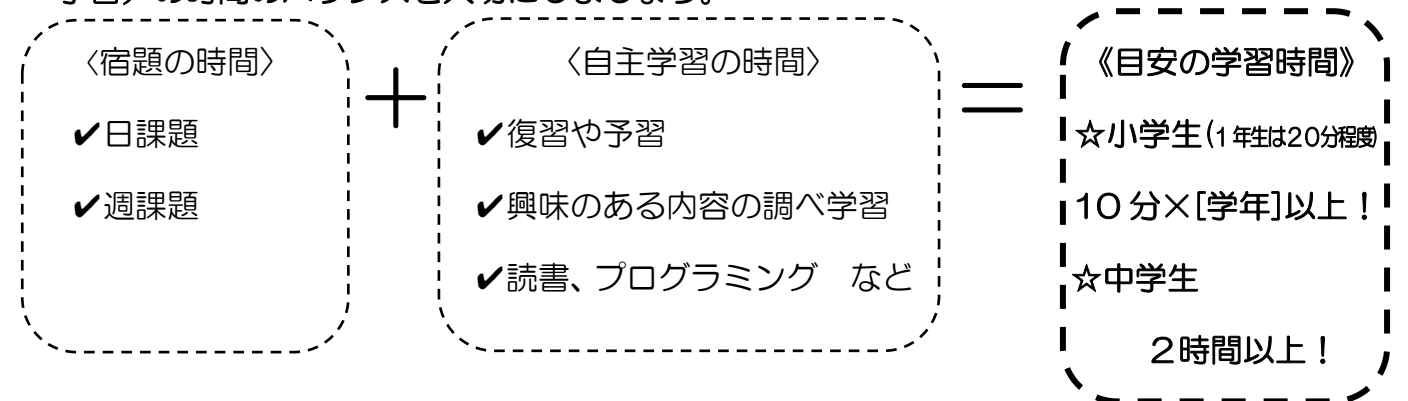
<p>○ <u>自分スタイルを決める</u></p> <p>① 始める時刻を決める</p> <p>② 学習の場所を決める</p> <p>③ 学習方法・学習量の目安を決める</p>	<p>○ <u>集中のためのポイント</u></p> <p>① 机の上を整理する</p> <p>② 必要なものを用意する</p> <p>③ もとの場所に片付ける</p>	<p>○ <u>学習の順番</u></p> <p>① 学校の宿題</p> <p>② 復習・予習</p> <p>③ 自主的な学習</p>
---	--	---

タブレット端末等は学びを広げる強力な道具です。使い方のルールを親子で決めて活用しましょう。



### ポイント2 宿題+自主学習

基礎を固める時間（宿題）と興味を広げる時間（自主学習）の時間のバランスを大切にしましょう。



### ご家族の応援ポイント

- 小学生には、取り組み状況を一緒に確認し、感想を伝えたり、ほめたりしましょう。
- 中学生には、進路について話し合って目標を決め、温かく見守りましょう。

全国学力・学習状況調査からは、学習時間が短すぎると学力が低い傾向が見られます。

☆ 「教える」から「共に楽しむ」、失敗は成長のチャンス



### ポイント3 望ましい生活環境

望ましい生活習慣は、健やかな成長や学習意欲を高めるための根幹です。



#### ○ 早寝・早起き

睡眠は学習内容を脳に定着させる大切な時間です。睡眠不足や不規則な生活は、成長ホルモンの分泌に良くない影響を与えます。イライラしたり、無表情になったりする原因になります。

#### ○ 朝ごはん

様々な栄養素を補給し、午前中からしっかりと活動できる状態にしましょう。