

# 基本的な生活習慣が学力を支える

学力向上の第一歩は「よく体を動かし、よく食べ、よく寝る」という当たり前で必要不可欠な基本的な生活習慣の定着をはかることです。その上で学習や学校生活に臨むことができれば、子どもたちの学力の向上・支えになっていきます。子どもたちが基本的な生活習慣を身につけるには、家庭や学校での大人の関わりが不可欠です。この手引きをよく目にする場所に貼っていただき、子どもたちの学力向上にお役立てください。

## 家庭学習の仕方

家庭学習 = 宿題 + 自主学習

### まずは宿題から

#### 国語

- 毎日、学習したところを言葉のまとまりを意識して音読する。
- ひらがな・カタカナ・漢字について、正しい書き順で正確に書いて覚える。
- 特に、とめ、はね、はらいに気をつけて、丁寧に繰り返し練習する。
- いろいろな種類の本を選んでたくさん読む。
- 教科書の文などを、視写する。

#### 算数

- たし算・ひき算・かけ算などを正しく計算できるように、練習する。
- ものさして線を引いたり、めもりを正しく読む練習をする。

#### その他

- 興味や関心がある物を本などで調べ、絵や言葉で表現する。

家庭学習のめやす

15~30分

## かなめは家庭での支援

- 学習を始める前にテレビなどを消して、勉強する場所を整理整頓するよう、お声かけください。
- 学校からの連絡やお便り、宿題や明日の授業などを子どもと一緒に確かめることが大切です。
- 学習時間を決めて、机に向かって毎日の宿題を最後まできちんとできるように励ましてください。
- 楽しかったことやうれしかったことを自分の言葉で日記(絵日記)に書くことができるように励ましてください。
- 宿題ができたなら、自主学習にも進んで取り組めるように励ましてください。
- できるだけ外遊びや運動をして、体力を高めるよう、お声かけください。



# 学びを確かなものにするために

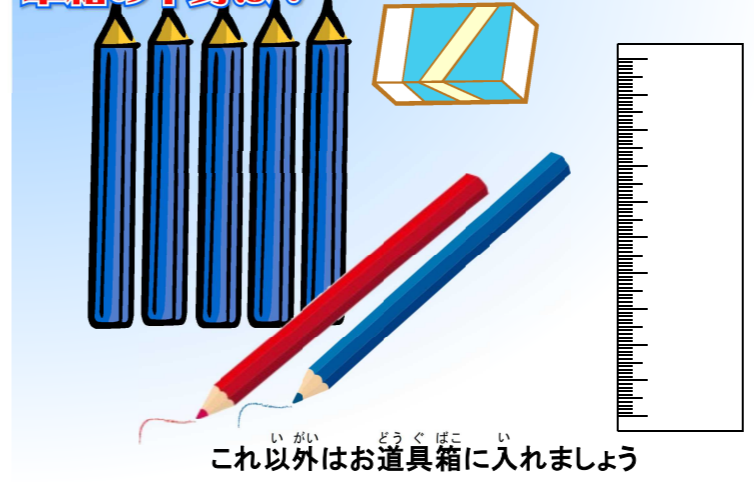


## 名前

### まずは筆箱の中身から

机の上は作業する場所。広ければ広いほど学習の能率が上がります。色ペンがたくさんあれば「どれを使おうかな?」と考えている間に授業は進み、「あれ!なんだっけ」と聞き落としが出てきます。筆箱の中は必要最小限がベストです。今日からそんな筆箱にしましょう。

### 筆箱の中身は?



- えんぴつ5本(2B以上)
- 赤えんぴつ(ペン)1本
- 消しゴム 1個
- ものさし
- 名前ペン

消しゴムは四角いよく消える消しゴムがいいね。  
ものさしはとう明で折りたたみ式でない方が、手遊びもへるよ。買い換えるときの参考にしてね。



### 次はルール作り

家庭学習のルール		家庭生活のルール	
学習開始時刻		起きる時刻	
学習する場所		寝る時刻	
1日の学習時間	学校がある日 ( )	ゲームやテレビの時間	学校がある日 ( )
	学校が休みの日 ( )		学校が休みの日 ( )
学習に集中するためのルール		家庭の一員としてのルール	