

# (新) 家庭学習の手引き



徳島市津田中学校

学校での授業をわかりやすくするための予習や、学習したことを確実に身に付けるための復習など、家庭学習の習慣は、学力をつける上でたいへん重要です。

そこで、家庭学習をするきっかけになるように、「家庭学習の手引き」を改訂しました。興味のある教科から読んで、自主的に家庭学習に取り組み、各教科の学力を伸ばし、将来の夢や目標とする進路の実現に向かってがんばっていきましょう。

## 家庭学習のポイント (一般)

### ① 宿題を必ずやること！

「まず、与えられた宿題をすることは、絶対です」

### ② 決まった時間に、毎日コツコツする

「毎日のリズムが大切」

### ③ 家庭学習をしている時は、テレビを消す

「ながら勉強」はダメ スマホをさわりながらしても、成績は下がります

### ④ 身のまわりの整理・整頓

「環境が人をつくる」とよく言われます

### ⑤ 規則正しい生活をする

「早寝 早起き 朝ご飯」は生活リズムの大原則

生活のリズムを整えることが学力アップにつながることは証明済。

# ( 国 語 ) 科の家庭学習方法

## 1 教科書を音読しよう。

声に出して読むことで、本の世界を身近に感じることができます。

- 文学的文章・・・場面を決めて読む。登場人物の気持ちが理解できるまで。
- 説明的文章・・・文章の構成を考えながら。
- 詩・短歌・俳句・・・作者の思いを考えながら。
- 古典・・・何度も繰り返し読み、暗唱を目指そう。まずはリズムになれること。

※できる人は、感想などを書き留めておこう。

## 2 ワークシートやノートを見直そう

その日の授業内容を必ず見直し、その日のうちにやっておこう。

ワークを利用し、必ず問題を解く。(一緒に予習も)

## 3 漢字は毎日、こつこつと書こう

漢字は毎日書かないと積み上がりません。教科書やドリルを使って、10回以上繰り返し書く。読めない字や書けない字は辞書を使って必ず調べる。

## 4 たくさんの文章に触れて考えよう。

### 例) 新聞やインターネットのコラムなど

短い文章は、時間がかからずに学習ができ、たくさんの文章に触れると、読解力がアップします。あらすじや内容について感想を考え、わからない言葉に出会ったら意味を調べる。

**国語はすべての教科の基本。漢字や語句をしっかりとマスターして、たくさんの文章に触れてみよう。**

# ( 社 会 ) 科の家庭学習方法

## 1 復習をしっかりとる

<ステップ1>

先生が黒板に**黄色や赤のチョークで書いた語句**を覚えよう。特に、授業中に赤線を引いた言葉や、「重要！」と言っていた言葉は必ず覚えよう。

<ステップ2>

授業中に配布した**問題プリント**などを何度も復習しよう。

<ステップ3>

**教科書の太文字**の部分とその意味を覚える。

<ステップ4>

暗記の仕方・・・プリントをするときなど、答え写してから暗記をするのではなく、答えを考え**教科書から探す作業**が暗記をする過程で大切です。暗記をする力が何倍にもなる！

## 2 さらに社会科を得意にするために

○社会に関するテレビ番組があれば見ると、興味がわいてくる。

○毎日、新聞の1面には必ず目を通し、テレビのニュースも見る。

○テレビを見ていて、知らない地名が出てきたときは地図帳で調べて赤丸を入れる。

○社会科は暗記教科ではない！つながりを考えることが大切！

用語を暗記するだけでは力つきません。大切なのは「**つながり**」を考えることであり、「**なぜ**」そうなったかを理解した方が覚えやすい。そのためには**つながり**を考えた**自分独自のノート**（次ページ参照）を作ると効果的。

○時間に余裕があれば、歴史の「**学習まんが**」を読んで今までに習った内容を確認してみるのもいい。



<歴史の勉強法 ~ 例①:歴史のまとめノート ~>

例

平安時代  
始まり

有力な貴族や僧侶の争いがおこる・・・政治の乱れ



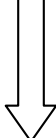
**794年 平安京に都を移す**

藤原氏の勢力が強まる・・・娘を天皇のきさきに→その子を天皇に



**摂関政治**

・天皇が小さいときは（摂政）、成人後（関白）に（藤原道長，頼通のとき全盛期）



遣唐使の廃止  
→ **国風文化**（かな文字，寝殿造 など）

**院政** ...



**平氏の登場** ...



**終わり 1185年 鎌倉幕府の成立**

(注意)

- ① まず、各時代ごとに一番重要なことを抜き出してまとめる。(太字)
- ② 次にそれぞれの事柄に理由を書き加えていく。できるだけつながりが分かるように。
  - \*教科書や参考書で確かめながら、ノートをつくる。
  - \*歴史の苦手な人はあまり細かいことを書きすぎない。**歴史の流れ**をつかむことが大切！

<歴史の勉強法~ 例②:単語カード ~>

★ **基礎用語の学習**については、単語カードに1問1答形式でまとめる。時間があるときに、どこでも学習できるので便利

《表》

室町幕府をほろぼし、  
楽市楽座を行った人物 ○  
は？

《裏》

○ **織田 信長**

# ( 数学 ) 科の家庭学習方法

## 1 学習内容

### ① 授業内容の復習をする。

→習ったその日のうちに復習をすることが大切です。

復習には数学演習と計算練習を利用しましょう！

最低限、教科書の例題の問題は解けるようにしておきましょう。

## 2 学習方法

### ① 1回目は、自分の力で考えて解いてみる。

### ② 間違い直しをする。

- ・ 間違えた問題は、そのまま放っておかない。
- ・ 解くために使った公式や考え方の筋道などを、理解するように努力する。
- ・ 教科書や解答の解説などをじっくり読み、理解できるまで、粘り強く繰り返し返して練習する。テストの間違い直しも同様で、間違った問題だけをノートにまとめる。

### ◎間違い直しの仕方◎

問題を解いたら、次の(ア)～(ウ)の3種類に分類をし、問題番号に3色のマーカーでチェックをする。

(ア) 自信をもってできた。 ⇒終了。

(イ) なんとなくできた。 ⇒解説を読んでなぜそうなるのかを理解する。  
⇒もう一回解く。  
⇒自信を持って解けたら、終了。

(ウ) できなかった。 ⇒解説を読んで、答えだけではなく解き方をうつす。なぜそうなるのかを理解する。  
⇒自信をもって解けるようになるまで、何回も解く。

### ③ わからなかった問題をそのままにせず、友達や先生に聞いて理解する。

# ( 理 ) 科の家庭学習方法

## 1 「一問一答」型で、基本用語をマスター

- 理科では、重要語句を覚えることが大切です。まずは、教科書の太文字の用語を自主勉強ノートを使い、「問題 → 答え」というまとめ方をして、くり返し語句を覚えましょう。

例1	胚珠が子房に包まれた植物のなかま	→ 被子植物
例2	物質が酸素と化合する化学変化	→ 酸化
例3	細胞が成長するために数を増やすこと	→ 細胞分裂

## 2 実験・実習の内容を押さえよう

- 理科で出題される問題は、ほとんどが実験・実習に関わる内容です。そこで、

- ① 実験の結果を、「なぜ、そうなるか」を考えて覚えます。
- ② 実験上の「注意点」を押さえます。 → 必ずあります！
- ③ その結果を導くための「方法」を確認します。

例①	発生した気体は何であるか → 二酸化炭素（石灰水が白くにごったから）
例②	火を消す前にしなければいけないことを書け → ガラス管の先を水そうから抜いておく
例③	発生した物質が水であることを確かめるには、どうするか。その方法とそのときの結果を書け → 青色の塩化コバルト紙をつけると、赤色に変わる

## 3 問題集は、1つか2つでOK！ → 同じ物をくり返しやりましょう

- 「探求の理科」「理科ノート」「マイノート」(宿題や期末テストによく出されます)と、さらに深めたい人は「自分で選んだもの」をくり返しやりましょう。  
→ 大事な所・出題されやすい所は、変わりません。  
同じような問題が出れば、絶対に解けるようにしておきましょう。

# ( 英語 ) 科の家庭学習方法

英語は、聞くこと、話すこと、読むこと、書くことの4つの領域があります。

**目・耳・口・手すべてを使って**学びましょう。

## 1 予習をする！

- ① 予習（単語・本文などをノートに書く）を確実にしておく。

## 2 復習をする！

- ① めきめきEnglishは学習した日に終わらせる。ノートなどを使って自分の力でした後に、赤ペンで答え合わせをする。答えをうつすのはダメ！（めきめきEnglishはこまめにしておく。ためない。）
- ② ノートに発音しながら、単語を練習する。自分でも覚えているかどうかテストを試してみる。
- ③ 家で本文を声に出して読む。（覚えるまで繰り返し読む。）

## 3 テスト対策をする！

- ① 学習した単語や本文を、繰り返し読んでたり書いたりする。
- ② 範囲を音読し、単語・基本文を確実に理解する。
- ③ ノートに書いた内容を見直し、プリント、めきめきEnglishなどを何度も繰り返し解く。

## 4 ～さらに力をつけたい人に～

**10月と1月**に英語検定を学校で実施します。

1年生は5級合格、2年生は4級合格、3年生は3級・準2級合格を目指して学習をしましょう。学校や書店で問題集を購入することができます。

ラジオやテレビの英語番組をテキストを買って学習するのもよい方法です。



# ( 音楽 ) 科の家庭学習方法

## 1 はじめに (音楽とは・・・)

私たちの生活の中では、いろいろな音楽があふれています。みなさんも、自分の好きな音楽について考えてみてください。うれしいとき、悲しいとき、イライラするとき。私たちが生活をする中で、いろんな感情をいだくと思いますが、そんな時、音楽を聴いたり、演奏したりすることで、より楽しくなったり、気分が楽になったりすることはありませんか？

音楽とは、私たちのすぐ側にあり、気持ちを和らげてくれるとても大切なものなのです。時には、美しいメロディーに心を動かされることもあるでしょう。このような体験を通して、みなさんの感性も豊かになり、人の心の痛みがわかる、優しいみなさんになれることだと思います。音楽を学習することは、みなさんの心を磨くことなのです。

## 2 家庭学習

音楽の基礎・基本といわれる学習は、同じ内容を、繰り返し学習していくことで身につけてきます。授業中に習ったことで、わからないときは先生に質問をし、あきらめずに、繰り返し練習しましょう。

- ① リコーダーは、毎回こつこつ練習しましょう。
- ② みんなで歌うときは、大きな声でしっかりと歌いましょう。

このような練習を続けることで、しっかりと音が聴け、音楽の力もついていきます。

家庭においては、テレビ、CD、DVD、またいろいろな音楽機器などさまざまな手段を使って音楽と関わっていることだと思います。とにかく自分の大好きな音楽を探してみてください。そして、できれば自分の大好きな音楽だけでなく、なるべくいろいろなジャンルの音楽に触れ、自分の耳で聴きましょう。そうすることで、自然に音楽の力が身につき、楽しく学習できると思います。

## 3 テスト勉強について

- ・ 授業中に先生が重要だと言ったところを中心に勉強しましょう。
- ・ リコーダーの運指 等にも注意しておいてください。
- ・ キャンパスの問題にも取り組んでください。

# ( 美術 ) 科の家庭学習方法

## 1 いろいろなものに興味を持って、じっくりと眺めてみよう

身のまわりには、たくさんのデザインされたものがあふれています。

いろいろなものに興味を持って、色や形をじっくり見て、自分の好きな形や色を見つけてみましょう。

## 2 時間があるときに、ペンを取って、形をかたどってみよう

形をじっくりと見て、そのものを描いてみましょう。

それを繰り返していくことで、ものの形の原理がつかめるようになってきます。

そうすると、物を描くポイントをつかむことができるようになります。

## 3 たまには、美術館にも足を運んでみよう

本物には、本物の持つ力があふれています。

それを直に見ることは、とても大きな力になります。近づいたり、離れたりと、じっくり見てみましょう。

写真や映像とは違う感動を得ることができます。

# ( 保健体育 ) 科の家庭学習方法

## 1 なぜ保健体育を学習するのか？

みんなが生涯にわたって健康・安全で幸福な生活を送るためには「健康であること」が一番です。そのために大切な学習です。

**保健分野**…健康の保持・増進を図ることに重点をおいて、その学習を通して健康に必要な知識の理解を目指す。

**体育分野**…心と体を一体としてとらえ、自分の能力に適した運動を行うことにより、運動の楽しさや、喜びを味わうことを目指す。

☆ 生涯を通じて運動に親しみ、生活を明るく豊かなものにする態度を育てるためにも必要な学習です！

## 2 毎日の学習

- ① 睡眠はしっかりととり、朝食を食べ、規則正しい生活をして体調を整える。
- ② 授業で学習した内容や重要な用語などはその日のうちに復習しましょう。

## 3 定期テスト前の学習

- ① 授業でとったノートや教科書に目を通しておきましょう。
- ② 運動のルールや反則をしっかりと覚えましょう。

## 4 家庭学習についてのアドバイス

- ① 生活の中で、運動を積極的に行っていきましょう！
- ② スポーツ文化に触れ、テレビのスポーツ観戦などをし、楽しみましょう！
- ③ 朝食は1日の活動のエネルギーになります。必ず食べましょう！
- ④ 運動・休養・栄養などに注意し、健康管理に気をつけましょう！
- ⑤ 身の回りの衛生や健康に気をつけましょう！

# ( 技術・家庭 ) 科の家庭学習方法

## 技術家庭科 家庭学習での目標

学校で学んだ知識や技術を **“生きる知恵”** にしていく。

**“習う” より “慣れろ” 何でもやってみる！！ 家の手伝いをする！！**

そのためには・・・

- ・ 将来の自立をめざし、できることはすべて自分でする。
- ・ 家庭生活に関して起こった問題や疑問を解決するための方法を考える。  
方法が分かれば自分で取り組んでみる。
- ・ 学校で学んだことを家で生かし、お手伝いなどをする。

### 【技術分野】

- 1 授業準備をきちんとしておこう。
- 2 家の手伝い（ものづくりや修繕）を積極的に手伝おう。
- 3 新聞やテレビなどでものづくりなどに関する情報を放送している記事や番組を積極的に読んだり、視聴したりしよう。
- 4 インターネットが使える環境の人は利用するのもいいですが、本当に正しい情報がよく確認し、ネットワークを活用しよう。
- 5 コンピュータは時間を決めて使おう。（健康面を考えること）
- 6 授業で習ったことは、復習しておこう。

### 【家庭分野】

- 1 朝食は必ず食べよう。
  - 時間がない時は、牛乳一杯、バナナ一本でもいいので必ず食べよう。
  - 夜ふかしをしない、夜食を控える、など生活リズムをくずすことをしない。
- 2 休みの日の昼食は自分で作ろう。
  - コンビニにすぐ頼らず、冷蔵庫の残り物を利用して作ってみよう。
  - コンビニを利用するときは、栄養バランスを考えて買うようにしよう。
- 3 自分の部屋は自分で整理・掃除をしよう。
- 4 既製服を買うときは、表示をよく見て、試着して買おう。
- 5 すべてのものの有効利用方法を考えて、すぐ捨てない生活をしよう。
- 6 家族や親せきと過ごす時間を大切にしよう。



## 徳島市津田中学校

学 年		ク ラ ス		番 号		氏 名	
--------	--	-------------	--	--------	--	--------	--