

2 家庭での勉強について

人は忘却する生き物であり、くり返し学習することで記憶が定着します。授業内容を確実に理解し定着させるために、家庭学習が大きな役割を果たします。

本校では、家庭で毎日学習する習慣を身につけ学習成果を上げるため、全学年共通の家庭学習課題として、「自主勉強ノート」と「生活記録」に取り組んでいます。「自主勉強ノート」では主に国・数・社・理・英の教科内容の定着を、「生活記録」では1日を反省し日記を書くことで表現力を高めることをねらいとしています。

学習を生活リズムの中に組み込むことで、家庭学習が習慣化されます。

次に挙げる3つのポイントを参考にして、自分に合った学習方法を見つけ、工夫しながら取り組みましょう。

(1) 家庭学習のポイント

① まずは勉強机に座ろう。

自分の勉強部屋や机があるのに、TVのある居間で宿題をしたりしていませんか。勉強する時の姿勢はどうですか。体が床に接する面積が狭いほど、よく頭に入ります。寝そべて勉強するのではなく、きちんと机に向かって座りましょう。また、机の上は整理整頓し、勉強をする環境を整えましょう。



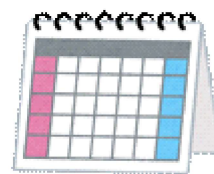
② 1週間の生活リズムをつかもう。

中学生になると、部活動や塾等で、毎日忙しい生活を送る人も多いはず。1週間の生活の流れを確認して、家庭学習に費やせる時間の見通しを立てましょう。



③ 学習計画を立てよう。

計画的に地道に取り組める、着実な学習計画を立てて家庭学習をしていきましょう。「今日は新出単語の意味と綴りを完璧にするぞ!」「明日はこのページの計算問題を全問正解できるよう頑張るぞ!」など、各教科のバランスや自分の得意・不得意科目も考慮した計画にしましょう。



④ 学習方法を工夫しよう。

本をただ見るだけ、読むだけ、写すだけでは学力は高まりません。「見ながら声に出して言う」、「声に出して言いながら書く」等、五感をしっかり働かせましょう。



⑤ まずは自力でやってみよう。

わからない箇所は、すぐ答えを見たり誰かに聞いたりしたくなるものです。しかし、楽をして得た知識は、忘れるのも早いものです。教科書やノート、辞書、資料集などを使って、可能な限り自分で調べましょう。また、わからなかったところ、間違えたところは、必ず解説を読んで、なぜそうなるのか理解しておきましょう。



⑥ 宿題・ワークはその日のうちに取り組もう。

宿題やワークは、学習内容の再確認ができると同時に、自分の理解度を知る手段になります。さらに、反復学習をすることによって基礎・基本が定着し、応用力をつける原動力にもなります。必ずその日のうちに宿題やワークを済ませ、翌朝、学校に来てからすることのないようにしましょう。



⑦ 「ながら勉強」はやめよう。

テレビを見ながら、音楽を聴きながら、ケータイやスマホをさわりながらといった勉強では集中力が散漫になるため、効果は上がりません。静かに勉強に集中できる環境を整えましょう。



⑧ 「予習」「授業」「復習」の黄金サイクルを確立しよう。

予習・復習をすることで、授業内容がよくわかり、理解度がかなり上がります。

【予習】 次の授業で学習するところのページを読んだり、ノートに写したり、問題を解いたりしておきましょう。

【授業】 集中して授業に取り組み、大切なポイントを聞きのがさないようにしましょう。

【復習】 授業で習った内容をもう一度、自主勉強ノートにまとめたり、教科書やワークの問題を解いたりしてみましょう。「わかったつもり」ではなく、「一人でもできる」まで練習しましょう。



(2) 自主勉強ノート活用のポイント

① 日付・学習時間を記入しよう。

毎回記入することで、どれくらいの時間をかけたかどれくらいの学習ができるのかが分かってきます。習慣化して時間を上手に使った学習をしましょう。



② 1週間単位で5教科全てに取り組もう。

時間のかからない、楽な勉強に逃げたくなる時もありますが、自分の苦手な教科も必ず取り入れてこそ家庭学習です。例えば曜日によって教科を変え、1週間で全教科の学習をするのも1つの方法です。

③ 1日1ページ以上毎日取り組もう。

勉強しない日をつくらないように、必ず毎日取り組みましょう。家庭学習時間の目安は、平日で1日平均2時間以上です。

④ 力のつく勉強をしよう。

ただ書き写すだけでは、学習成果に進展は見られません。授業で解いた問題やテスト問題を再確認したり、授業内容をまとめ直したり、また問題集をどんどん解いていくノートにしましょう。黙々と取り組むよりも時には声に出しながら、目・耳・口・手を同時に働かせる学習は、効果大です。

⑤ 内容を深化・発展させよう。

毎回同じことの繰り返し学習では、定着はしてもそれ以上の成果は得られません。少しずつ内容を変えたり、増やしたりして、着実に前進していく学習を心がけましょう。

(3) 教科別学習のポイント …… 次ページ以降にまとめています。

