



家庭学習ガイドブック



釧路市立阿寒中学校

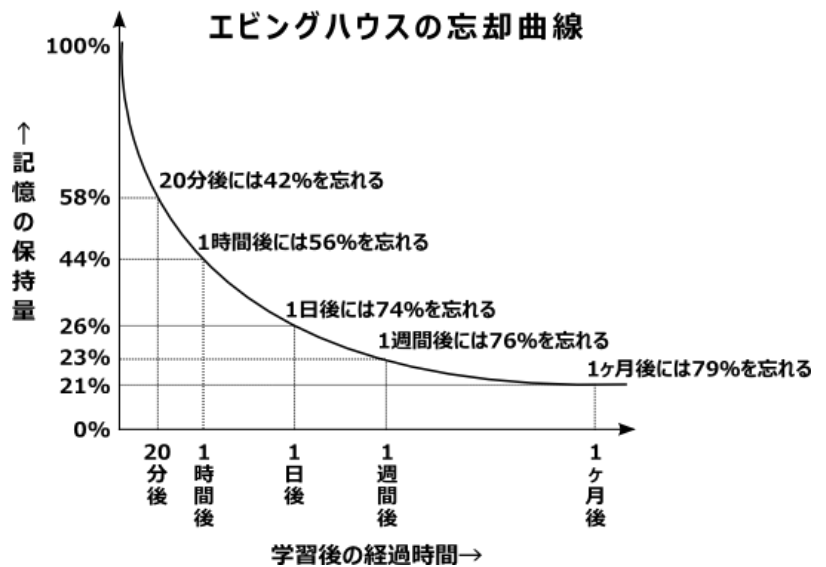
忘れる、だから復習をする！

授業中は「わかった！」はずなのに、テスト前になったらスッポリ忘れていて焦った、という経験はありませんか？

右のグラフは、学んで覚えたことが、時間が過ぎるとともにドンドン忘れていく様子を表しています。

例えば、

1時間後には学んだことの56%を忘れ、
1日後には学んだことの74%を忘れ
1か月後には学んだことの79%を忘れてしまうのです・・・。



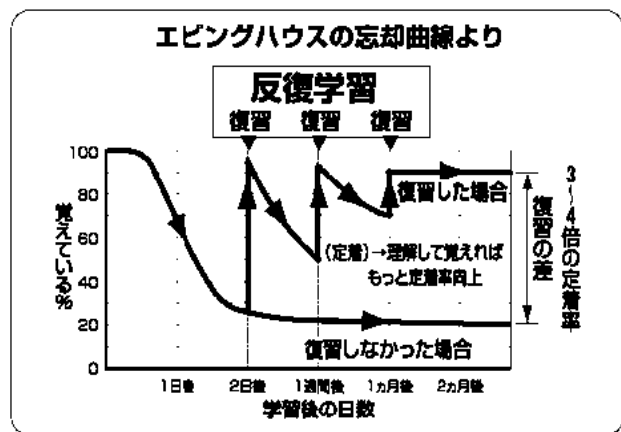
授業で学んだことを完璧に覚えたとしても、**次の日には、学んだことのわずか26%しか覚えていない**、ということなのです。

では、学んだことを忘れないためのよい方法はないのでしょうか？

右のグラフを見てください。

『**反復学習 = 復習**』をやれば、定着率がアップしていることがわかります。

覚えたことを忘れないためには『**復習を繰り返す**』。特に、**学んだその日に復習することは効果的であることがわかっています**。



以上のことから、**学んだことを忘れにくくするコツは『毎日、家庭学習に取り組む』ことだ**ということがわかるとおもいます。

この手引きは、中学校での家庭学習の進め方について、各教科のプロフェッショナルである先生方がそれぞれ作成されています。この手引きをもとに、家庭学習の習慣を身につけ、家庭学習を継続しましょう。

3年間継続すればどの教科も基礎学力がしっかり身につけているはずですよ。

家庭での普段の目標学習時間

宿題も含めて、**(学年×10+10)分**

※小・中を通じての設定です。中1→7学年、中2→8学年、中3→9学年

国語科 家庭学習の手引き



1. 単元の復習を、しっかり行おう。

- ① 単元が終わるごとに教科書、授業ノートやワークシートを活用し、授業を振り返ろう。家庭学習で単元を振り返った時に気付いたことや、新たに疑問に思ったことがあれば家庭学習ノートにまとめてみよう。疑問は、教科担任に質問してみよう。(ノートに質問を書いても良いです!) 授業で行った練習問題があれば、もう一度解き直してみよう。重要事項はノートまとめし覚えよう。
- ② 単元ごとの漢字の読み書きを、覚えよう。
 - * 授業では「新出漢字」と「小学校高学年漢字」の「小テスト」をこまめに行います。(事前予告します) 小テスト範囲の漢字を家庭学習ノートに何度も練習し、漢字力アップを目指そう。(テストの点数は評価にも加味します。高校入試には、小学校高学年漢字も多く出題されます)
 - * 「とめ」「はね」「はらい」・・・丁寧に、濃く、「大きな見やすい字」で練習しよう。
 - * 小テストに向けての学習のほか、定期的に習った単元の新出漢字を家庭学習ノートに練習し直そう。(人間は忘れる生き物。繰り返し反復練習することが確実な定着につながります)
- ③ 学習した内容のワークに何度も取り組もう。
 - * 授業の中でもワークには取り組みますが、家庭でも自分の力で再度家庭学習ノートに問題を解き、必ず丸付けをしよう。(できているところとそうでないところを把握することが大切)
 - * 間違えた問題に再度取り組もう。(しつこく取り組むことが「できない」を「できる」に変えられる人) わからないところは、ワークを持参し、教科担任の先生に質問しに行こう。
 - * 家庭学習としてワークを出すのは、「国語の授業がない日」もしくは「国語の授業が終わったあと直接」出すこと。(授業の中でワークの取り組みをすることもあるため)
- ④ テストが終わったら、テストの解き直しを家庭学習ノートに行い、満点を目指そう。
 - * 先生の解説を聞いた上で解いてもできなかったものは、教科担任にもう一度教わりに行こう。

2. 国語の力を伸ばすために効果的なこと(家庭学習で行える内容)

- ① 国語はもちろん、どの教科の家庭学習においても、できるだけ「漢字」を使って書くように心がけよう。(楽をして平仮名ばかりを使っていると、覚えた漢字をどんどん忘れてしまいます)
- ② 教科書以外の文章が載っている問題集を解いてみよう。(ノートに解くと繰り返し取り組みます)
- ③ 漢字検定に挑戦してみよう。合格目指して取り組むことで漢字力アップ、資格もゲット!
- ④ 「読む・書く」力を伸ばす「宿題」を定期的に出していきます。授業の中で説明します。

社会科 家庭学習の手引き

1. はじめに

みなさんは嫌いな食べ物だけでお腹をいっぱいにできますか？おそらく食事をするのが嫌いになることでしょう。学習も同じです。社会科の学習ではたくさんの人名や地名、用語がでてきます。意味もわからない用語を頭に詰め込もうとすると、きっと社会科嫌いになると思います。ですから、家庭学習において最も大切なことはあらゆる世の中のできごとに『興味をもつ』ということです。そうすれば身のまわりのできごとと、授業で学習したことが驚くほどリンクしている(つながっている)ことに気がつくはずです。さあ、好奇心をもって社会科の学習に取り組みましょう。

2. 予習について

- まずは新聞やニュースを少しでも良いから見たり読んだりすること。その日のできごとが授業と大きく関わってくるものがたくさんあります。
- 余裕があれば翌日に学習する範囲の教科書を読んでみましょう。翌日の授業がより理解しやすいものとなるでしょう。その際、読めない漢字やわからない意味の語句があれば辞典などで調べると一層効果的です。

3. 復習について

- 学力を定着させる一番確実な方法は『書く』ことです。ですから
 - ① 大切な語句・用語を単語帳やノートなどにまとめる
 - ② その日の学習内容をもう一度ノートに書き写してみる。
 - ③ 持っているワークやドリルなどで力試しをする。
 - ④ 定期テストや学力テスト(過去問)をやり直してみる。

とよいでしょう。

4. 各分野で大切にしたいこと

【地理的分野】

- 地理はそれぞれの国や地域の特性や人々のくらしを学ぶ教科です。学習にあたっては『地図帳』を大いに活用して下さい。各地域の簡単な地図が書けるようになると理解が深まります。

【歴史的分野】

- 歴史は、「時間の流れに沿って起きたできごと」を学ぶ教科です。それぞれのできごとをバラバラに覚えるのではなく、できごとの『つながり』を理解しましょう。教科書や資料集の年表を活用して下さい。特に資料集は眺めているだけでも面白いですよ。

【公民的分野】

- 公民や憲法や政治、経済のしくみなど社会に出てから必要となることながらを学ぶ教科です。『テレビや新聞のニュースに毎日目を通す習慣』をつけましょう。また、入試でも毎年欠かさず『時事問題』が出題されています。



数学科 家庭学習の手引き

1. はじめに

数学は「わかる」＝「できる」ではありません。授業で「わかった」と思っても、実際に問題に取り組んだ時に「できる」とは限りません。何度も繰り返して、はじめて問題ができるようになるのです。「繰り返し」の努力をしてください。

2. 予習（10分）

学校の授業を受けていて、理解できないことが多い場合は予習を勧めます。そうでない場合は、復習中心で構いません。

授業は、1回にだいたい2・3ページ進みます。教科書を読み、例題をノートにやってみましょう。時間に余裕があれば、問題もやってみましょう。

3. 復習（30分）

◎ 授業のノートとは別に、家庭学習（復習）用のノートを1冊、用意する。

- (1) 授業で、ノートにまとめたことをもう一度書きましょう。すべてを書き写すのではなく、なるべく見ないで書けるとよいです。
- (2) 授業でやった問題をもう一度解いてみましょう。必ず、解答しましょう。
- (3) 授業で学んだことを定着させるために、ワークの問題を解く。
(宿題にもなります。)
- (4) 学校または家で解けなかった問題は、なぜそのような解答になるのか、解説を読んだり、友人や先生に聞いたりして「なるほど～そういうことか!」と納得するまで取り組む。
- (5) ワークや教科書の問題で間違っただけは必ず、後日もう一度やり直す。
- (6) その他

1、2年生は、学校で配布されている問題集でかまいません。たくさん問題集をこなすことも重要ですが、1冊のワークを完璧にできるようにする方が効果があります。

3年生は学力テストや入試に向けて、3年間の内容の問題集を購入してもよいでしょう。



理科 家庭学習の手引き

1. 家庭学習は『復習』中心。

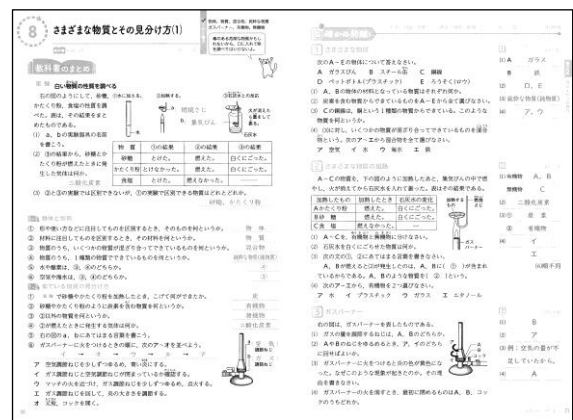
理科の家庭学習は、『復習』中心で取り組みましょう。学校の理科の授業で、実験したり、考えたり、話し合ったり、まとめたりした内容を、家でしっかりと復習していくように心がけてください。しっかりと復習することにより、より深く理解し、しっかりと覚えることができます。



2. まずはワークをやってみよう。

学校で配布されるワークは、教科書の内容に沿っていますので、授業で習った範囲について忘れないうちにやってみることが大切です。ワークのページの左側は『教科書のまとめ』、右側は『練習問題』となっています。左側で教科書の内容を復習し、右側で実際に問題をやってみる、という流れでワークに取り組んでください。單元ごとにワークテストもありますので、ワークを何回もやっておくことも大切です。

1年生ワークの例



↑ 教科書のまとめ

↑ 練習問題

3. 重要語句や実験を家庭学習ノートに整理して、しっかりと覚えよう。

学校の授業を受けたり、ワークをやってみると、重要な語句や大切な実験がわかってくるとおもいます。それを自分自身が覚えやすいようにノートにまとめてみましょう。教科書やノートを見直しながら、自分で図なども描いてみると、より理解が深まるでしょう。

4. 市販の問題集もやってみよう。

理科のテストでの得点アップの秘訣は、重要語句を覚えて、できるだけ多くの問題を解くことです。ワークだけでは足りないと思ったら、市販の問題集を買って継続的に取り組んでいくことをおすすめします。ただし、『せっかく買ったのにあまりやらなかった』という声もよく聞きますので、最後まで取り組めるよう、できるだけ薄い問題集を購入するようにしましょう。また、教科書準拠の問題集は『教育出版用』を購入するように注意してください。



英語科 家庭学習の手引き

1. はじめに

英語は、言葉の学習です。実際にそれを使い、生活している人がいます。＜読む・書く・聞く・話す＞の4分野、4技能に分かれ、実技的な要素を多く伴います。従って、スポーツと一緒に、トレーニングを怠ると、ついていくことができなくなります。使わない筋肉が衰えるのと一緒に、日々学習を習慣づけていかないと、どんどん忘れていき、使えなくなります。

どの競技にも基本の形があるように、英語にも学習の基本の形があります。学習の早い段階でそれらを身につけて、その学習を継続し、しっかりと学習した内容を定着させていくことが大切です。筋トレをすると、筋肉痛になります。この筋肉痛は筋繊維がこわれ、より強い筋肉へと再生する過程の痛みです。英語学習も、学習をすすめていくと、時に苦痛におそわれます。その時です、力がつくのは。

では、以下に具体的な学習の仕方について書きます。

2. 復習の手順

- (1) 教科書の本文を繰り返し読む
- (2) 本文プリントから英語に直して読む
- (3) 教科書の本文を繰り返し書く
- (4) 本文プリントから英語に直して書く
- (5) ワークブックの習った範囲の問題を解く

※上の(1)～(5)の順番で復習を行う。どのぐらい読んだり、書いたりするのは、個人差があっても構いません。いきなり本文全て書くのが難しい場合は、重要な英文のみにしぼって練習するやり方もあります。教科書本文に大切なことは詰まっています。それを覚えて、さらに問題を解けば、力がつきます。

3. テスト勉強

- (1) テスト範囲の教科書の英文を繰り返し読む。
- (2) テスト範囲のワークブックの問題を全て解く。
- (3) テスト終了後、間違えたところを見直し、正解を確認。
- (4) 後日あらためて解きなおし、できているかどうか確認。
- (5) できていたら問題なし、同じ間違いをしていたら、再度見直し、正解を確認、確実に覚える。

※テストは良い点数をとるためだけに行っているではありません。自分の学習内容の定着確認という大切な意味があります。従って見直し、確認が重要です。

5. さいごに

中学校3年間で学ぶ英語は、英語学習の基礎です。「継続は力」語学学習は根気が必要です。英語学習を通して、視野を広げ、自分の世界を広げましょう。