

令和3年度

まくらざき

家庭教育手帳

家庭学習ガイドブック



「きばらん海」のマスコットキャラクター「キバッチョ」
「きばってます！」「もっときばれ！」という意味がこめ
られています

「まくらざき家庭教育手帳」は
スマホやパソコンでも御覧いただけます！！



枕崎市教育委員会

もくじ

1 家庭学習ガイドブックとは

- 授業と家庭学習で確かな学力を身に付けさせましょう！…………… 1
- 家庭学習の前に…………… 2
- 家庭学習の以外にも取り組んでほしいことがあります！…………… 3

書いてみよう①！ 1日のタイムスケジュール…………… 4

2 「学習の手引き」小学校1～3年生編

- こくご：基礎編・発展編…………… 5～ 6
- しゃかい：基礎編・発展編…………… 7～ 8
- さんすう：基礎編・発展編…………… 9～ 10
- りか：基礎編・発展編…………… 11～ 12

コラム① 自ら机に向かう子供に育てるには…………… 13～14

3 「学習の手引き」小学校4～6年生編

- 国語：基礎編・発展編…………… 15～ 16
- 社会：基礎編・発展編…………… 17～ 18
- 算数：基礎編・発展編…………… 19～ 20
- 理科：基礎編・発展編…………… 21～ 22

コラム② 18歳までは、親の愛情をいっぱい注いで、 思い切り手をかけて育てていい…………… 23

4 「学習の手引き」中学生編

- 国語：基礎編・発展編…………… 24～ 25
- 社会：基礎編・発展編…………… 26～ 27
- 数学：基礎編・発展編…………… 28～ 29
- 理科：基礎編・発展編…………… 30～ 31
- 英語：基礎編・発展編…………… 32～ 33

5 中学生の皆さんへ…………… 34

書いてみよう②！ 1週間の生活リズムチェックシート

- 1学期 チェックシート…………… 35
- 2学期 チェックシート…………… 36
- 3学期 チェックシート…………… 37

◎ いざという時の連絡先一覧

「まくらざき家庭教育手帳」は、子供たちの健やかな成長を願い、よりよい家庭教育について、親子で考え、一緒に行動していくことを応援するために作成しました。悩んだり、困ったりした時に手にとってもらえることを願っています。また、家庭はもちろんのこと、学級PTAや家庭教育学級などでも、ぜひご活用ください。



1 家庭学習ガイドブックとは

授業と家庭学習で確かな学力を身に付けさせましょう！！

小・中学校では子供たちの学力の向上をめざして、授業の改善・充実に取り組んでいます。学校で学んだことを、しっかりと身に付けるために、家庭学習は欠かせません。

「まくらざき家庭教育手帳 家庭学習ガイドブック」は、家庭学習の道標となるように作成しました。毎日、少しずつでも家庭学習をすることが生涯にわたって自ら学び、豊かで幸せな未来をひらくことになります。

家庭学習が習慣化して、自主的に取り組むことができるよう、ご家庭におかれましては、以下の点をご理解いただき、「まくらざき家庭教育手帳 家庭学習ガイドブック」を活用していただければ幸いです。

1 家庭学習の道標

「自主学習ってどんなことをすればいいの?」と迷ったことはありませんか。この手帳は、教科ごとに、自主学習のヒントを紹介しています。基礎編はその教科を苦手としている人、発展編はその教科を得意としている人に向けた内容になっています。これらを参考に学習に取り組ませてみましょう。そして、時々、学習方法が自分に合っているか先生に見てもらおうなどして、子供に合った自主学習ができるようにしてください。

2 家庭での学習習慣の定着

子供たちは放課後、そして帰宅後もいろいろな活動を行っていて、なかなか忙しい生活をしています。その中で、毎日決められた時間に家庭学習を行うことは大変ですが、家庭学習を習慣化することはとても重要なことです。家庭学習の継続こそ、現在と将来の学力の基礎を固め、発展させていくために大いに役立つものです。

枕崎市では、「家庭学習 40・60・90・120 運動」(※)に取り組んでいます。各学年の家庭学習時間を参考に、子供たちに合ったやり方を見つけて、励ましてあげてください。

3 自主的な家庭学習

小・中学校では、学校から宿題が出されたり、自主学習のノートの提出が求められたりすることが当たり前ですが、高校になると自分に必要な学習を自ら探して取り組むことが求められます。高校生になって予習・授業・復習のサイクルで自ら学習に取り組めるよう、自主的な学習を習慣化しておく必要があります。「今、必要な学習は何か」「どのように学習するとよいか」を考え、実行する力を身に付けていく必要があります。

与えられた宿題に取り組むことから始めて、徐々に自主的な学習を増やしていきましょう。9年間かけて、子供たちが自主的に学習に取り組む力を身に付けられるよう、学校と家庭の両サイドから支援していきましょう。

※ 1日の家庭での学習時間のめやす「家庭学習 40・60・90・120 運動」

● 1・2年生 → 40分以上

● 3・4年生 → 60分以上

● 5・6年生 → 90分以上

● 中学生 → 120分以上



家庭学習の前に・・・

Check!
☝

☆ 自分で必ずできるようになりましょう！！

<帰ったら、すぐにやっつけてしまおう！>

- 制服や帽子は、片付けましたか？
- 連絡帳や生活ノートを見ましょう！
- プリントやお便りは出しましたか？
- さあ、勉強を始めましょう！
 - ・ テレビやゲーム、スマホは消しましたか？誘惑に負けないようにしましょう！！
 - ・ 姿勢はいいですか？
 - ・ 鉛筆の持ち方は正しいですか？

【保護者の皆様へ】

- 学習で大切なことは、集中することです。
- 「時計の針が○までに」「タイマーで○分」など、徐々に学習時間を長くできるようにしていきます。
- 生活のリズムをつくり、家庭学習の習慣をつけましょう。



勉強が終わったら・・・

<明日の準備！忘れ物がないように！！>

- 時間割は調べましたか？
- 準備するものは入れましたか？
- 鉛筆は削りましたか？
- 筆箱の中身はそろっていますか？
- ハンカチやティッシュを入れましたか？

【保護者の皆様へ】

- 「整理整頓」「次の学習準備」は、学習の基本です。ランドセル・制服・教科書・ハンカチ・連絡帳などの置き場所を決めておきましょう。
- 一つ一つ自分でできるようになるまで、見守りつつ励ましてください。

Check!
☝



<早寝・早起き・しっかり朝食！規則正しい生活をしましょう！！>

家庭学習以外にも取り組んでほしいことがあります！

<家の中で・・・>

○できることは自分でやりましょう！

- ・ 靴並べ，食器運び，風呂掃除，上履き洗い…，いろいろあります。
- ・ できることを増やしましょう。そして，続けましょう。



○本を読みましょう。

- ・ 「1日20分読書」に取り組みましょう。
- ・ どんな本が好きですか。いっぱい読んでお気に入りの本を見つけましょう！
- ・ 毎月23日は「親子読書の日」です。家族で読書に取り組みましょう！

【保護者の皆様へ】

- 「ありがとう」「助かったよ」等，感謝の気持ちを伝えることで，やさしい気持ちと意欲が芽生えます。
- 手伝いを続けることで，責任感や忍耐力が養われます。家の仕事は，自立への第一歩です。

【保護者の皆様へ】

- 読書をすると言葉が増え，「表現力」や「想像力」が豊かになります。
- 本が好きになるように，身近なところに本を置いたり，読み聞かせや親子読書などに取り組んだりしましょう。
- 大人が読書する姿を見せるのは大切です。



ゲームやスマホをしすぎていませんか？

ゲームやスマホ等には，心の発達・脳の発達，知的能力・視力・体力などへの良くない影響が指摘されています。

機器を使用する時間や場所を，親子で話し合っ決めて，守りましょう。

市校外生活指導連絡会共通理解事項及び市PTA連絡協議会重点事項
「インターネット環境機器の使用は午後9時までとする」を守りましょう。



<地域の中で・・・>

○人と遊びましょう。

○行事に参加しましょう。

祭り，伝統行事，清掃活動…

○友達と昔の遊びに挑戦しましょう。

かくれんぼ，けん玉，竹とんぼ…など



<自然の中で・・・>

○花や野菜を育てましょう。

○生き物を育てましょう。

○草花で遊びましょう。

○星や月を見てみましょう。

○自然の中で遊びましょう。



【保護者の皆様へ】

- 機械とばかり遊ぶより，人と遊びましょう。
- 人とつながり，体を動かして遊ぶことは，体力だけでなく，協調性や忍耐力，そして思いやりの心を育て，生きる力を身に付けさせてくれます。
- 親子で地域の行事に参加して，大人も子供も，「顔」でつながり，「声」でつながり，「心」でつながりましょう。

【保護者の皆様へ】

- バーチャルなものではなく，本物に触れさせましょう。五感が発達します。
- 自然の中には，子供の胸がときめく発見がいっぱいあります。また，自然の恵みや厳しさも学べます。「生きる知恵」を育む体験をたくさんさせましょう。



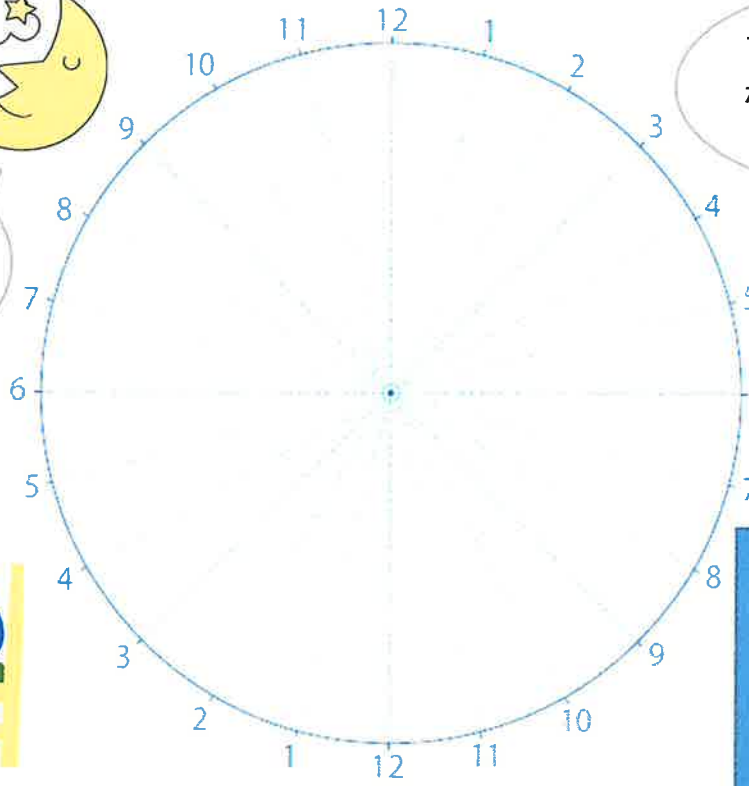
か
書いてみよう①!!

にち
1日のタイムスケジュール

いつも



ときどき
か
書き直して
みよう!



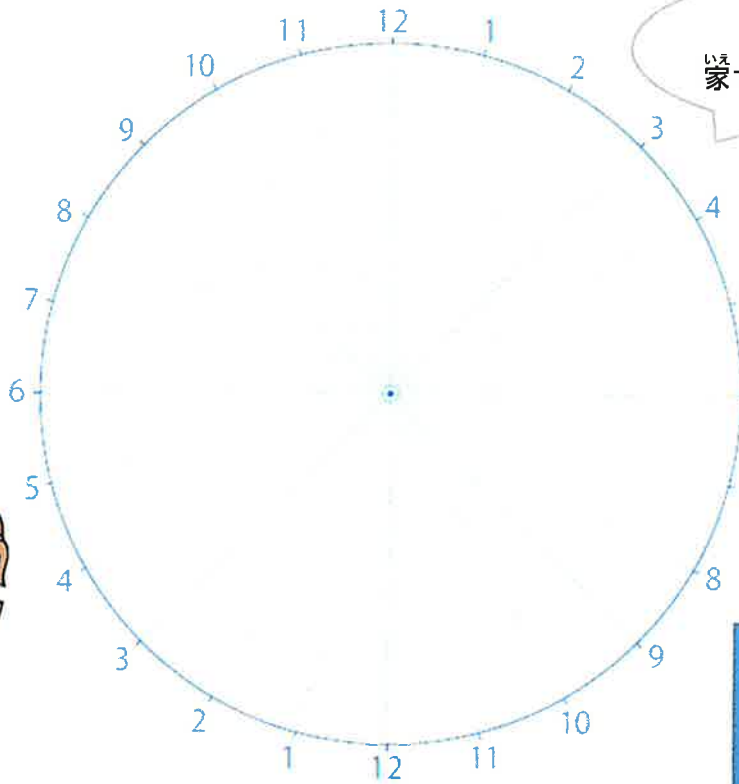
ちゃんと守れている
かな?ときどき振り
かえ
返ってみよう!



べんきょうじかん もくひょう
勉強時間の目標

<input type="text"/>	じかん 時間
<input type="text"/>	ふん 分

やす
休み



じかん
時間を決めて
家で勉強してるかな?



べんきょうじかん もくひょう
勉強時間の目標

<input type="text"/>	じかん 時間
<input type="text"/>	ふん 分

こくご ことばをふやして、めざせ国語名人！！

小学校1～3年生編

きそへん
基礎編



- 音読…今、勉強しているところを読もう！
- 文字…習った「ひらがな」「カタカナ」「漢字」をノートに書こう！
- 視写…今、勉強しているところを書き写そう！
- 読書…いろいろな本を読もう！（苦手な人は、絵本から！）

はってんへん
発展編

- 暗唱…今、勉強しているところを覚えよう！
- 文字…習った文字を使って短い文を作ろう！
- 読書…物語やいろいろな種類の本を読もう！



★こんな勉強してみよう★

毎日少しずつでも、続けることが大切です！！

【ノートの例】 【文字の練習】

《ポイント》 ゆっくり、丁寧に、声に出して読みながら、リズムカルに書こう！

あ あ あ あ
ら さ か め
い が
ぐ お あ あ
ま き し

(ふゆのことば)
クリスマス おゆ
プレゼント 正き
こ冬 お手 さ月
た休年 ぶむ み
つみ玉 くいも か
ろ ちん

《ポイント》 例えば、「あ」の練習をしたら、「あ」のつくことばを探してみよう！

《ポイント》 例えば、「冬」をイメージする言葉を書いた、習った、「ひらがな」「カタカナ」「漢字」を使って書こう！

【ノートの例】



【短文づくり】

通	組
③ ② ①	② ① へ
交大通	三組た
通通	人みん
あり雨	組合文
んのに	でわ作
ぜんにあ	話しせり
んに入る	し合考
んがける	う。え

《ポイント》

- ① 習った漢字やひらがな、カタカナが入った文を作ろう！
- ② 同じ漢字でも、違う読み方を使った文がいくつもできるといいね！



《ポイント》

- ① 言葉のまとまりで、おぼえて書こう！
- ② 「、」や「。」に気を付けて、丁寧に書こう！

スげ大
ぼイるきみ
くミよなん
が、う魚な
はにみか
言なたい
にっい一
な。た。にび
ろ。ときき
う。よの

【視写】

(教科書などの文章を、ノートに写すこと)

【日記】

- ① いつ・どこで・だれが・何をしたら分かるように書こう！
- ② 自分の気持ちを詳しく書こう！
- ③ 誰に伝えたいかを決めて書こう！



伝えるのは…
先生、お父さん、お母さん、兄弟姉妹、
友達、地域の人…。相手を探すのも楽しい



自分で、家庭学習のメニューを増やしていこう！！

しゃかい

- 基礎編で、「よく分かる!」
 - 発展編で、「好きになる!」
- しゃかい 社会がどんどん「楽しくなる!」

小学校1～3年生編

しゃかいかはかせ めざせ、社会科博士!!

基礎編



[ノートの例]

★覚えよう [大事な言葉]

- ①教科書やふくどく本を声に出して読もう! [3回以上]
- ②地図記号カードを作ってみよう!
- ③自分で問題を作って解いてみよう!



★ポイント★ 3年生…□地図記号, □八方位

たて物やしせつ	土地	
郵便局	市役所	田
小中学校	神社	畑
高等学校	消ぼうじ	茶畑
病院	交番	がけゆ園

地図記号の学習

□の中に方位を書こう。

○昼12時のかげのようす

○方位じ石で方位を調べよう。
・家から見て、学校の方位は?
()

[地図記号カードを作って覚えよう]

- ① 単語カードを用意します。
- ② おぼえたい地図記号を、カードの表に書きます。裏にはその答えを書きます。
- ③ これを繰り返して、たくさんのカードを作りましょう。

できるだけ、たくさんおぼえましょう!





① 学校で学習したことを、もう一度

[ノートの例]

ノートに書いてみよう。

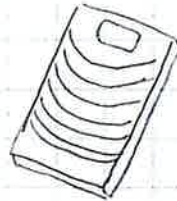
学校でノートに書いたことを、もう一度きれいに書いてみましょう。

一度ではおぼえられないことも、おぼえやすくなります。

せんたくする道具のうつりかわり

(60年ぐらい前)

せんたくいた



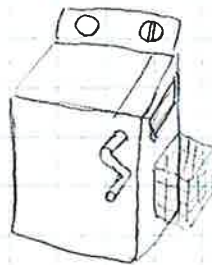
手でごしごしこ
すってあらった。

② 地図をかいてみよう。

うちのまわりや学校のまわりなどを地図記号を使って地図にしてみましょう。

(40年ぐらい前)

電気せんたくき



はじめは高級品
でふつうの人は買
えなかった。
ローラーを手で
まわしてしぼった。

③ 「大事なことば」をつかって、クイズを作ってみよう！

学校で学習した中で、「これは大事だなあ」と思うことばが答えになるようなクイズを作ってみましょう。

作ったら、おうちの人や友だちにクイズを出してみよう！



(今)

ドラム式せんたくき



せんたくもだっ
水もかんそうも、
ぜんぶ自動でやっ
てくれる。

④ おうちの人と一緒に枕崎市を探検しよう！

「工場がたくさんあるところ」「お店がたくさん

あるところ」など、学校で学習したところに、おうちの人と一緒にいってみよう。

校区の中や枕崎市の中にはたくさんすてきな場所があります。魅力を探して、ノートにまとめてみよう。



自分の校区や枕崎市の魅力が詰まったノートを作ってみましょう！！

さんすう

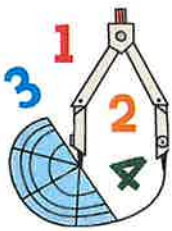
小学校1～3年生編

1 くり返し練習しましょう。

2 絵や図をかいて、考えましょう。

3 身のまわりの算数を見つけてみましょう。 **めざそう算数名人!**

きそへん 基礎編



- ① まちがえた問題をもう一度解こう!
- ② 授業で自信のなかった問題をもう一度解こう!
- ③ 計算のしかたを書こう! ○計算ドリルをくり返ししよう!
- ④ 用語(算数のことば)を覚えよう! ○九九を声に出して読もう!
- ⑤ 三角定規・コンパスを使って図形や模様をかこう!
・二等辺三角形・正三角形・円・もよう



《ポイント1》課題やめあてをきちんと書こう!

〔ノートの例〕

ひ、算のしかたをおぼえよう

$$\begin{array}{r} 2910 \\ - 165 \\ \hline 173 \end{array}$$

① 一の位は、2 - 5
でひけないから、
十の位からくり下
げる。

② 十の位は0なので、百の位から
十の位に1くり下げる。

③ 百の位は2，十の位は10

④ 十の位から一の位に1くり下げ
て、12 - 5 = 7

⑤ 十の位は9，9 - 6 = 3

⑥ 百の位は、2 - 1 = 1

答え 173

《ポイント2》番号をつけて、考
えを順序よくまとめ、図を使っ
たりしながらわしく書いていこう。

《ポイント3》考えを書いたら、
声に出して読んでみよう。

くり返し書いたり読んだりするこ
とで問題の解き方をマスターでき
ようになるよ。

《ポイント4》解き方がマスターで
きたか、同じような問題を解いてみ
よう。

形をまとめよう

〈長方形〉



かどがみんな
直角になって
いる四角形

〈正方形〉



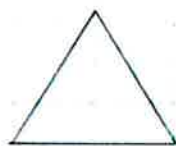
かどがみ
んな直角
で、辺の
長さがみ
んな同じ
四角形

〈二等辺三角形〉



2つの辺の
長さが等し
い三角形

〈正三角形〉

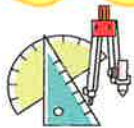


3つの辺の長
さが等しい三
角形



《ポイント》学習した図形
について、図とことばでまと
めよう。長さも考えてかく
と、図形をかく練習にもな
るね。

はってんへん
発展編



- ①授業で習ったことを使って問題をつくろう！ ②教科書の練習問題をしよう！
③身の回りから算数を見つけて調べよう！

・いろいろな物や場所の長さを予想して測ろう！ ・かかった時間を計ろう！など

《ポイント》課題やめあてをきちんと書こう。



[ノートの例]

いろいろなものをはかってみよう

もの名まえ	よそうした長さ	はかった長さ
ふでばこ	20cm	24cm
けしゴム	5cm	5cm 3mm (53mm)
テレビ	1m	1m 2cm (102cm)
たいそうこ	2m	1m 77cm (177cm)

《ポイント》測る前に予想した長さも書こう。およその長さが分かるようになるよ。

《ポイント》単位を変えた長さも書くようにしよう。

《ポイント》時計の絵もかくと、分かりやすいよ。

《ポイント》日頃からいろいろな場面で、時計を見て、何分後、何分前、何時間後、何時間前を考える機会を多くしておく、時計博士になるよ。例えば・・・

- ①寝てから起きるまでは何時間かな？
- ②家を出て、学校から帰るまでの間は、何時間何分かな？
- ③ご飯を何分で食べられるかな？
- ④今から30分間勉強すると、何時何分になるかな？

時間をはかろう

○学校に行っていた時間
家を出た時こく 家に帰った時こく
午前7時15分 午後3時50分



かかった時間
8時間35分



- ・何時何分ですか。(11時40分)
- ・40分後(12時20分)
- ・30分前(11時10分)

- ⑤一日1時間ゲームをできます。もう40分やったから、あと何分できるかな？

自分で、家庭学習のメニューを増やしていこう！！

○理科が楽しく・強くなるひけつ！ おぼえよう！！

きそへん
基礎編



- ①勉強したところの教科書を読もう！
- ②教科書の「まとめ」を自主学習ノートに写そう！
- ③教科書にのっているこん虫や植物を家でもさがしてみよう！
- ④授業で学んだことを利用して、おもちゃを作ってみよう！
・ゴム ・風 ・じしゃく ・電気 など



〔ノートの例〕

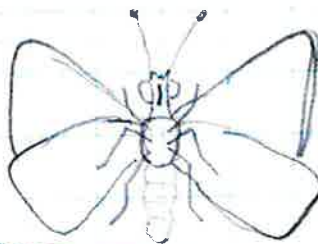
★教科書のまとめを写そう★



こん虫の体のつくりと育ち方

(まとめ)

チョウのせい虫の
体は、頭、むね、は
らからできています。
むねには足が6本あ
り、このようななか
まを、こん虫とい
います。



《ポイント》

大切な言葉は赤で書いたり、大事な部分を赤
でかこんだりしよう。

- ①いろいろなこん虫や植物を家でも育てて、つくりや育ち方を観察してみよう！
- ②家で観察したこん虫や植物の観察記録をつけて整理しよう！
- ③家にある材料や道具を使って実験してみよう！
- ④分かったことや不思議に思ったことはノートに書いておこう！
- ⑤授業で学んだことを組み合わせて楽しいおもちゃ作りをしよう！
・ゴム ・風 ・じしゃく ・電気 など
- ⑥作ったおもちゃの「作り方」や「設計図」を自主学習ノートに書いてみよう！

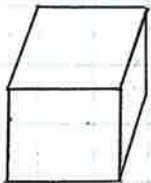


わかったことや考えたことをノートに書いておこう！！



[ノート^{れい}の例]

わん土の重さしらべ



はこの形

100g



まるめた形

100g



うすくのぼす

100g



こまかくわける

100g

かたちやおきかたを変えても、
ものの重さは変わらない

《ポイント》スケッチや表^{ひょう}を入
れると分^わかりやすいね。



《ポイント》まとめは赤^{あか}で書い
たり、大事^{だいじ}な部分^{ぶぶん}を赤^{あか}でかこん
だりしよう。

《ポイント》

例えば、体重計^{たいじゅうけい}に乗って片足^{かたあし}をあげたり、しゃがんでみたり、ポーズ^かを変えて、体重^{たいじゅう}が変
わるかどうか調^{しら}べるのもいいですね。

台所^{だいどころ}でお手伝い^{てつだ}をする時に、切る前^{とき}の野菜^きと切った後^きの重さ^{あともも}を量^{はか}ってみるのもいいですね。
量^{りょう}の違い^{ちが}にびっくりするかもしれません。

また、水^{みず}などの液体^{えきたい}も、いろん^{かたち}な形^{ようき}の容器^いに入れて量^{はか}ってみましょう。

《注 意》

- かん^{ちゅう}だり、さし^いたりする虫^{むし}には十分^{じゅうぶん}気^きをつけよう。
- 観^{かん}察^{さつ}がおわったら、こん^{ちゅう}虫^{ちゅう}はにがしてあげよう。
- 海^{うみ}や川^{かわ}などあぶないところ^いへは行^いかないようにしよう。
- むやみにこん^{ちゅう}虫^{ちゅう}や植^{しょくぶつ}物^{ぶつ}をとらないようにしよう。



【コラム①】

「自ら机に向かう子供に育てるには」

自ら机に向かう子供に育てるにはどうしたらいいのか。現役東大生の小中学生時代のアンケート調査の結果をもとに、子供4人を東大医学部に入れた佐藤亮子さんが解説しています。

■勉強に集中する方法その1:「目標は数値化! 具体化!」

Q: 小中学生時代に目標設定のためにしていたことを教えてください。

- ・ その日にやるべき勉強内容を書き出していた 56.6%
- ・ 親と将来の目標について話をした 23.4%
- ・ 勉強について自分で自分にご褒美を与えていた 23.0%

目標

なりたい夢がある、行きたい学校があるなど、目標がはっきりしていることが、自分から勉強する原動力になります。アンケートからは、大きな目標だけでなく、毎日こなすべき小さな目標を壁に張り出すなど「見える化」を行っていることも分かりました。さらに「その日にやった勉強時間をメモして視覚化した」など、目標に対する努力も見えるように工夫したり、「目標を達成したらゲームで遊ぶ」など、自分へのご褒美も事前に決めてメリハリをつけたりしていることも分かりました。

大きな目標、遠い目標を持って努力を続けるだけでなく、今の力で十分にできる小さな目標をつくりましょう。例えば、自主学習ノートを1日1ページ、毎日続けて1冊やり遂げることで子供に達成感を味わわせることを目標にするなどです。小さくてもいいので、やるべきことを数値化、具体化することが大切です。子供は取りかかるとは苦手ですが、やることははっきりしていれば朝一でも始められます。また、アンケートにあるように、頑張りを楽しく“見える化”してみましょう。シールを使うのも有効です。

■勉強に集中する方法その2:「子供に合わせて親が管理!」

Q: 時間管理はどうしていましたか?

- ・ 勉強のやるべきことに優先順位をつけていた 55.7%
- ・ 朝に勉強していた 33.6%
- ・ ストップウォッチやタイマーを使っていた 28.9%



放っておくと、ずっとゲームかユーチューブということはありませんか。アンケートを見ると半数以上が勉強時間を管理し、さらに「勉強のやるべきことに優先順位をつけていた」と回答しています。

ただし、時間の使い方は、「朝、単純な問題でウォーミングアップした」「朝から勉強できるとその日のサイクルがうまくいく」という人もいれば、「朝は苦手なのでニュースを見る時間にしていた」という人もいました。スマホのアプリやストップウォッチ、タイマーを上手に使っている人も多くいました。

アンケートでは自分のことをよく知っていて、自分に合わせた時間の使い方ができていますが、なかなか子供だけでできることではありません。小中学生のうち、親のサポートは不可欠です。簡単な計算問題を10分ずつ小分けにしてやらせるとか、15分ずつ教科を分けて取り組むとか、寝る前に勉強の準備をして、起きたらすぐにやれるようにするとか、親が工夫して導いてあげることが重要です。タイマーで勉強時間と休憩時間のメリハリをつけるなどの工夫もしてみましょう。

■勉強に集中する方法その3:「安心感が大切!」

Q: 勉強していた場所について教えてください。

- ・ リビング(ダイニングを含む)で勉強していた 41.7%
- ・ 地図や地球儀が近くにあった 30.6%
- ・ 勉強場所は特に決めずに、そのときの気分で変えていた 22.6%



アンケート結果を見ると、「リビングで勉強していた」「勉強場所は特に決めずに、そのときの気分で変

えていた」という回答が多くみられました。人の目があるとさぼらない、誰かがいると安心するというのが理由のようです。

ただし、「スマホはそばに置かない」「ゲームなどの娯楽が視界に入らないようにした」など、誘惑に負けない環境に身を置く工夫を行っています。一方で、国語辞典や地球儀など、勉強に役立つグッズは身近に置いておくといった工夫もしていたようです。

勉強は、孤独な作業ですが、周辺の環境は子供を孤独にはしてはいけません。周りに家族がいる環境で勉強させてやることも大切です。アンケートにも『親が近くにいたから勉強できた。褒め言葉や励まし、安心感がある』という回答がありました。ただし、音楽やテレビは消す、パソコンのキーボードの操作音等はうるさいので配慮してやることなどの家族の協力が必要です。

■勉強に集中する方法その4：『勉強しなさい』はNG！

Q：あなたの親は何をしてくれましたか？

- ・ 「勉強しなさい」と言われたことがない 83.4%
- ・ 学校や友達の話などをよく聞いてくれた 46.8%
- ・ 親は叱るより褒めるタイプだ 28.9%



安心して勉強できる、集中できるかどうかは、親子の関係が安定していることが重要です。アンケートでは、「話をよく聞いてくれた」「叱るより褒めるタイプだ」など、子供を伸ばす理想的な親の姿が多くみられました。驚きなのは、8割以上が『勉強しなさい』と言われたことがない」と答えている点です。「勉強に口を出さずに放っておいてくれた。人に言われるとやる気がなくなるので良かった」など、自由にさせてくれたことに感謝する回答が多くみられました。

アンケートに答えた子供の親の本当にすごいところは、『勉強しなさい』とは言いませんが、実際は『8時になったら漢字を30個書こうか』というような言い方で子供を誘導しているところです。決して放任というわけではありません。声かけが上手で、うまく子供をコントロールしているのです。

小中学生時代にすべき一番大事なことは、親子の信頼関係をしっかりつくることです。実際、アンケートには体調管理や食事、送り迎えなど、親に対する感謝のコメントがたくさん見られます。また、親子で遊ぶ時間や話す時間を十分につくることも大切です。

■勉強に集中する方法その5：「やる気は待っても出てきません！」

Q：どんな気分転換をしていましたか？

- ・ 定期的に体を動かすなど運動をしていた 44.7%
- ・ 飲み物やおやつをとった 44.3%
- ・ 家族と話をしていた 40.4%



集中するためには、上手に気分転換することも大切です。アンケートでは、「勉強する気にならないとき、どうしていましたか？」という問いに対し、「寝た」という回答が多くみられました。中には「自分は何のために勉強しているのか、どういう人間になりたいのかなど、将来のことを考えた」といった回答もありました。ゲームや漫画など好きなことで気分転換する場合も、「時間を決めてしっかり遊ぶことでメリハリをつけた」など、何のための息抜きかを理解していることが分かりました。

体をつくる小中学生時代、睡眠は大事です。眠いときは寝かせてやりましょう。ただし、『やる気が出るまで待つ』はNG。やる気は待っていても出てきません。遊びと勉強のメリハリのつけ方と親の支援が重要です。



- 暗唱…短歌、俳句、ことわざなどを覚えよう！
- 文字…習った漢字の意味を調べ、熟語を使って短文をつくろう！
- 日記・作文…自分でテーマを決めて書こう！（ニュースや身の回りの事柄）
- 読書…読み終わったら、感想を書いたり話したりしよう！



★こんなノートの書き方ができたらいいね★

◎日記・作文

新聞やニュース、身の回りの事柄について、意見のテーマや記事の要約、意見を分けて書こう！（新聞記事を切り抜いてはってもいいね。）

日本人宇宙飛行士、国際宇宙ステーションへ

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

テーマ…赤で線を引くと見やすいです。



○年○月○日
日本人が国際宇宙ステーションの船長になると聞いて、嬉しくなった。いつか、だれもが宇宙を旅行できるようにになるといいと思った。

ニュースや身の回りの事柄について、感想や自分の意見を書こう。

◎意味調べ

言葉の意味調べをして、短文作りをしよう。

意味調べ

功績 有益 伝承
 文意 文意 文意
 偉大な功績を残す。成果 役に立つ 地域の伝承を調べる。



◎言葉の意味
 文 短文
 マークを決めましょう。

よんでいる本や教科書の巻末、国語以外の教科の教科書などに載っている言葉について、意味調べをしてみよう！

自分で、家庭学習のメニューを増やしていけるといいですね！！

○基礎編で、「よくわかる!」

○発展編で、「どんどん好きになる!」「楽しくなる!」

めざせ、社会科博士!!

基礎編

★覚えよう [大事な言葉]

- ①教科書や副読本を声に出して読もう! [3回以上]
- ②大事な言葉に線を引こう, 大事な図を線でかこもう!
- ③大事な言葉や大事な図をノートに書き写そう!



★ポイント★

4年生…鹿児島県の市町村の名前とその位置, 110番・119番の連絡

ごみを減らす工夫など

5年生…都道府県名とその位置, 6大陸3大洋, □日本を中心とした主要国

6年生…歴史人物42名の名前, 働き, 時代名 など

[ノートの例]

鹿児島県の市町村をおぼえよう

鹿児島市 垂水市 川内市
 鹿屋市 日置市 市川町
 阿久根市 日置市 市川町
 指宿市 南さつま市 市川町
 西之郷市 伊佐市 市川町
 鹿屋市 日置市 市川町
 阿久根市 日置市 市川町
 指宿市 南さつま市 市川町
 西之郷市 伊佐市 市川町

声に出して読み、覚えましょう!
 新しく学習したこと、大事な言葉を整理して書いて、



簡単な地図やグラフを書き写すのもいいですね。

大事だと思ふ言葉には、簡単な説明を書きましよう。テスト前にはこをもう一度確認しましよう!



できるだけ、たくさんおぼえましよう!

日本国憲法の三つの原則

「国民主権」
 意味 日本国は、国民の政治を行う国である。
 (例) 国民の政治を行う国は、国民の政治を行う国である。

「平和主義」
 意味 戦争をせず、世界の平和を努力して実現しようとする。
 (例) 世界で唯一の平和国家として、平和を推進している。

「基本的人権の尊重」
 意味 人が生まれながら持っている(平等)に生かされる権利を大切にする。
 (例) 国民は(教育を受ける権利)がある。



〇〇授業で学んだことを、もう一度自分なりに整理してノートにまとめよう。

★ポイント★

4年生…火事がおきたら【イラスト】、110番・119番連絡図
鹿児島県地図【地勢図、土地利用図など】、等高線と縮尺
5年生…日本地図【地勢図、分布図など】、国土の広がり、地形の特色、
気候の特色【雨温図】、米の生産量・消費量【グラフ】、
漁業別生産量【グラフ】、工業地域、輸出入の割合変化【グラフ】
6年生…各時代の様子【イラスト】、歴史人物と年表 など

すすんでやってみよう【カード・新聞記事・体験】

①カードを使って、まとめよう

小さなリングカードを利用して、表には大切な言葉や問題を書き、裏には説明を書いて、いつでも確かめられるようにしよう。テスト勉強にも使おう。

②新聞記事を集めよう

授業に関係する記事や自分で気になった記事を切り抜いてノートに貼り、自分の意見や考えを書こう。

③家の人といっしょに体験してみよう

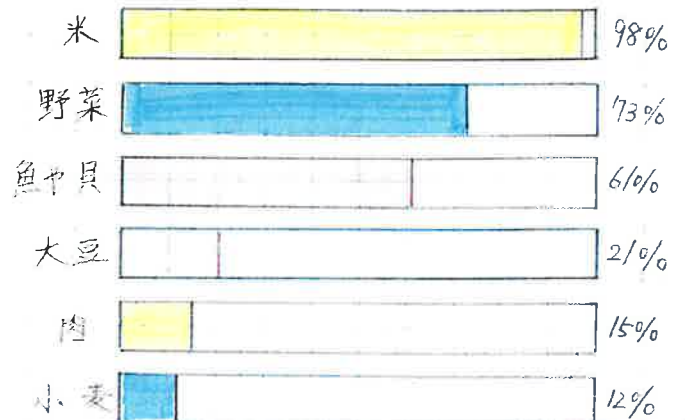
機会があれば学習したことと関係のある場所に行ったり、そこでいろいろな体験をしたりしてみよう。



【ノートの例】

○食料自給率とは
消費された食料のうち、国内でつくられたものの割合

く品目別の食料自給率



☆日本の食料自給率の問題点

- 日本の食料自給率は約37%と低い
- 1965年には73%あった食料自給率は少しずつ下がっている。
- 特に、大豆や小麦は自給率が低く、ほとんどを輸入にたよっている。

さんすう
算数

小学校4～6年生編

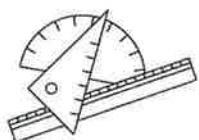
算数が得意になるために、



- 1 復習は「意味のふり返し」と「反復」「継続」がカギです。
- 2 絵や図やグラフをかいて、ポイントを書き入れよう！頭は自然に考えています。
- 3 生活の中にも算数がいっぱい！学習したことを生活の中で活用してみよう。



きそへん
基礎編



- ①まちがえた問題をもう一度解こう！
- ②授業で自信のなかった問題をもう一度解こう！
- ③時間を決めて計算ドリルをしよう！
- ④公式をまとめよう！
- ⑤用語（算数の言葉）の意味をまとめよう！
- ⑥三角定規・コンパスを使って図形をかこう！
 - ・垂線・平行線・平行四辺形
 - ・長方形・正方形・ひし形・台形

できなかった理由や同じ間違いをしないためのポイントも、まとめておくといいね。

目標タイムを決めると集中力が高まります。答え合わせとやり直しまでやっておこう。

【ノートの例】

15、正多角形と円
学習記録

直径4cmの円にぴったり入る正六角形と、直径4cmの円がぴったり入る正方形をかきました。円の直径と、円のまわりの長さの関係について調べましょう。

めあて
円のまわりの長さは、円の直径と関係があるのかな。

円直径×3より円周<直径×4
円のまわりを円周といいますが、円周のようには曲が、た線を曲線といえます。

まとめ
円周の長さは、直径の3倍より長、4倍より短い。

《ポイント1》

課題やめあてをきちんと書こう！

《ポイント2》

実際に図をかき、言葉も書き入れよう。

《ポイント3》

読む人を意識して、分かりやすく書くようにすると、筋道立てて考える力がつくよ。

「まず」「次に」「最後に」など、順序を表すことばを使ってまとめてみよう。



- ① 授業で習ったことを使って問題をつくろう！
- ② 教科書の練習問題をやってみよう！
- ③ 身の回りから算数を見つけて調べよう！
 - ・ 買い物で概数を使って表そう！
 - ・ 買い物で割合を使って損得を比べよう！
 - ・ ドライブで時間・速さ・距離の関係を調べよう！



何km？

「みはじ」の関係を線分図や表にしてみよう。中学校でも、よく出てくる内容だよ。

《ポイント》課題・めあてをきちんと書こう。

《ポイント》問題文を書いたら、かたまりを意識して下線を引こう。

時速と時間の問題をつくろう

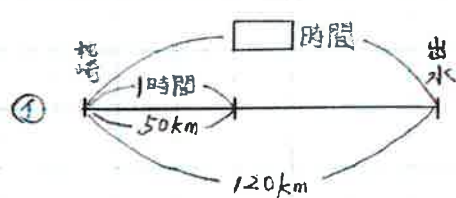
(問題)

枕崎市から出水市まで、時速40kmの自動車が進むと3時間かかります。

時速50kmでは、何時間かかりますか。



道のり = 速さ × 時間だが
(式) $40 \times 3 = 120$
答え 120 km



時間 = 道のり ÷ 速さだから
(式) $120 \div 50 = 2.4$
答え 2.4時間

	速さ (は)	時間 (じ)	道のり (み)
㉞	40	× 3	= 120
㉟	50	× 2.4	= 120

《ポイント》㉞と㉟に分けて、問題を線分図に表そう。

《ポイント》線分図の上側に時間、下側に距離を書き入れよう。

《ポイント》時速は1時間に進む距離だから、1時間あたりの距離も書き入れよう。

《ポイント》表に整理すると、「みはじ」の関係がさらによく分かるよ。

自分で、家庭学習のメニューを増やしていけるといいですね！！

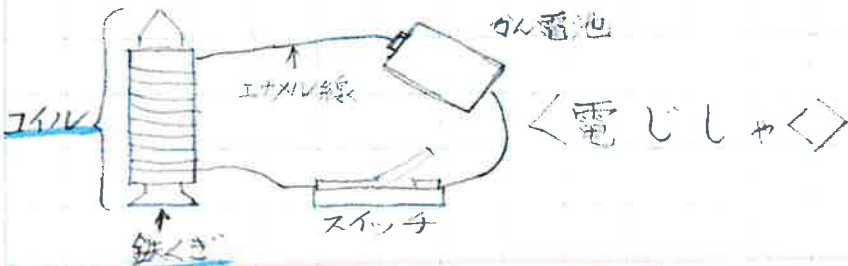
じんこうえいせい
人工衛星「はやぶさ2」を地球に帰した
ひと
人たちも、ノーベル賞をとった人も、
みんな理科が大好きでした！

基礎編

- ① 教科書に出てくる太字の大切な用語を覚えよう！
- ② 観察や実験のしかた、器具や薬品の名前、注意することなどを覚えよう！
- ③ 教科書の大切な図などを、自主学習ノートに写し説明も付け加えておこう！
- ④ 教科書の「まとめ」を自主学習ノートに視写しよう！
- ⑤ 理科のノートを見直し、書き足りないところは書き加え、書き方の悪いところは直してきちんと整理しよう！
- ⑥ 実物を見たり、生活の中で使われている物を探したりしよう！



電じしゃくについてまとめよう



視写

《ポイント》教科書の「まとめ」をノートに書いてみよう。

- ・ 鉄くぎにエナメル線をまきつけたものをコイルという。
- ・ コイルに電気を流すとじしゃくになる。これを電じしゃくという。

○ 電じしゃくの、鉄を引さつける力を強くする方法を、2つ書きましよう。

- ① かん電池の数を増やし、コイルに流す電流を強くする。
- ② コイルに、エナメル線をまきつける回数を増やす。

＜電じしゃくの性質が使われているものの例＞

- ・ せんたく機
- ・ かん気せん



ノートの整理

《ポイント》実験の様子や結果、大切なことを、自分でまとめてみよう。



- ①教科書に出てくる大切な用語の意味を自分の言葉で書いてみよう！
- ②教科書の「たしかめよう」や「学びをつなごう」をもう一度解いてみよう！
- ③授業で学習したことを、家庭でも確かめよう！（星や月 天気の変化 花や実 など）
- ④理科の内容に関わる本や雑誌を読んでみよう！
- ⑤授業で疑問に思ったことを、図鑑やインターネットを利用して調べよう！
- ⑥学習したことがどこで生かされているか見つけよう！



たしかめよう

【わかったかな・できたかな】

①物の燃え方と空気の变化について、まとめよう。

② ①の燃え方の中のうち、最も長く燃え続けるのは、①～③のうちのどれですか。また、それを選んだ理由を説明しましょう。

③ ①の燃え方のうち、物が燃えるとき、空気がどのように変化しているか、説明しましょう。

④ ①の燃え方のうち、物が燃えるとき、空気がどのように変化しているか、説明しましょう。

⑤ ①の燃え方のうち、物が燃えるとき、空気がどのように変化しているか、説明しましょう。

⑥ ①の燃え方のうち、物が燃えるとき、空気がどのように変化しているか、説明しましょう。

⑦ ①の燃え方のうち、物が燃えるとき、空気がどのように変化しているか、説明しましょう。

⑧ ①の燃え方のうち、物が燃えるとき、空気がどのように変化しているか、説明しましょう。

⑨ ①の燃え方のうち、物が燃えるとき、空気がどのように変化しているか、説明しましょう。

⑩ ①の燃え方のうち、物が燃えるとき、空気がどのように変化しているか、説明しましょう。

自分の言葉でまとめる

教科書に出てくる大切な用語の意味を、ノートに整理すると頭の中も整理できます。

「物が燃え続けるには」

○ 酸素、二酸化炭素の性質

- ・ 酸素には、物を焼やすはたらきがある。
- ・ 酸素や二酸化炭素には、物を焼やすはたらきはない。

○ 物が燃える前と燃えた後の空気

- ・ 物が燃えると、空気中の酸素の一部が使われて、二酸化炭素ができる

<考察しよう>

物が燃え続けるにはどのようなことが必要といえるか？

物が燃え続けるには、常に空気が入れかわる必要がある。

酸素が必要

<家で実験や観察をする時の注意>

- 火を使うなど危険がともなうものについては、家の人と一緒にしよう。
- 海や川など危ないところへ行くのはやめよう。
- 夜、星や月の観察を行うときは、家の人と一緒にしよう。



【コラム②】

18歳までは、親の愛情をいっぱい注いで、思い切り手をかけて育てていい!

【4人の子供を東大医学部に入れた佐藤家こだわりの子育て・生活面】

1 子供たちの持ち物チェックは親の役目

愛する子供たちにわざわざ学校で嫌な思いをさせる必要はありません。18歳までは、親が最終チェックをしてあげてもいいと思います。大学に入って親と離れて暮らすようになれば、自然と何でも自分でやるようになりました。ノートや教科書を忘れて不安な思いをしたり、それがきっかけで、授業に身が入らなくなったりするくらいなら、親が進んで持ち物チェックをしてあげるべきだと思います。

2 家の時計は20分早くしておく

実践することで、1分1秒がいかに大切なのか、その時間に何をすることが自分のステップアップにつながるのかを考えさせるように心がけました。何でも早め早めに手を打つことがいかに重要であるかを、子供たちに教えてきました。

3 テレビ、ゲームは非日常とし、イベントにする

テレビやゲームは、小6までは禁止にしていました。テレビやゲームは日常的なものではなく、非日常のイベントとして捉え、わざわざ2階に行って、家族みんなでゲームやテレビを楽しむようにしました。普段子供たちは1階で生活しているので、そうするだけで、自然と遊びと勉強の区切りができていたように思います。子供時代は、今しかできない勉強や活動に集中させたほうが良いと思います。

【4人の子供を東大医学部に入れた佐藤家こだわりの子育て・学習面】

1 90%ではダメ、何事も100%にこだわる

こだわっていたのは、何事も100%を目指すということです。漢字の「とめ」「はね」「はらい」をきちんと書かせていますか？私は100%を目指す決めていたので、少しでも書き方が間違っていたら習字で練習させました。新しい漢字が出た時は、キチッと書かせてあげる。そういう部分で妥協を許さないことが大事です。

2 子供にとことん関わって、能力を目いっぱい伸ばしてあげる!

毎日20分だけでもいいので勉強を見てあげる。子供は、親と一緒に勉強したところはきちんと覚えています。問題の正解・不正解をチェックする“丸つけ”は親がやったほうが良いです。間違いをきちんと正すためにも、丸つけは親がやってあげるべきです。「過保護なのではないか」なんて、考える必要はありません。過保護の「過」は、誰かが決めつけるもので、各家庭で感覚は違います。周りに惑わされず、目の前の子供の学力だけを見て、「どうすれば、よりよくなるのか」を考えてあげてください。

3 未熟な子供を律するのは、親の役目

高校卒業までの18年間で、その後の数十年間の人生が決まると考えたら、勉強を頑張れるのは18年間しかありません。その3分の1にあたる6年間は寝ているとすると、残りは12年間。最初の2年間は赤ちゃんの時期なので、勉強できるのはたったの10年間ぐらいしかありません。

その10年間で、何に使うのかが勝負になります。貴重な時間を、スマホやゲームに充ててしまうのは非常にもったいないと思います。放っておくと、子供たちはのめり込んでしまいます。そのあたりは、親が律してあげないとはいけません。心を鬼にして遊び道具を取り上げることも、また愛情です。

＜佐藤亮子さんのプロフィール＞

主婦。3男1女全員が東大へ進学。現在は九州から北海道まで、全国で講演を行う。

【著書】

『佐藤ママの子育てバイブル 三男一女東大理3合格！学びの黄金ルール42』

『3男1女東大理Ⅲ合格！ 教えて！佐藤ママ 18歳までに親がやるべきこと』他

こくご 国語

きょうかしょ 教科書をフル活用し、学びを支える

「ことばの力」を身につけよう!

中学生編

- ・基礎編では「ことば」の充実を目指します!
- ・発展編では「読解力+表現力」の充実をめざします!



基礎編

教科書下段「脚注」の語句をノートに整理しよう!!

- ①辞書を使って意味を調べよう!
- ②似た意味の語句(類義語)を書こう!
- ③短文を作ろう!
- ④反対の意味の語句(対義語)を書こう!



《ポイント》「脚注」には、学びたい語句が示されています。どんどん、辞書を活用[ノート例]しましょう。辞書にマーカーや付箋をつけていくのも効果的です。

動詞	尊敬語	謙譲語
行く・来る	いらっしゃる お越しになる	参る 参る(お)る
いる	いらしゃい おりにいる	おる おる(お)る
言う・話す	お話しになる おっしゃる	申す 申す(お)る
見る	ご覧になる	拝見する
念へる	お心遣いになる	いただく
する	なさる	いたす
くれる	くださる	いただく
もらう		伺(うかが)う・承る
聞く		存じる
知る・曰(い)ふ		

Handwritten notes illustrating the application of the table above. The notes are organized into columns and rows, mirroring the table structure.

- 敬語 (Keigo):**
 - 人(ひと)の失敗(しっぱい)を嘲(あざわら)う
 - 人(ひと)の失敗(しっぱい)を嘲(あざわら)る
 - 人(ひと)の失敗(しっぱい)を嘲(あざわら)る
 - 人(ひと)の失敗(しっぱい)を嘲(あざわら)る
 - 人(ひと)の失敗(しっぱい)を嘲(あざわら)る
 - 人(ひと)の失敗(しっぱい)を嘲(あざわら)る
 - 人(ひと)の失敗(しっぱい)を嘲(あざわら)る
- 謙譲語 (Kenryōgo):**
 - 衣類(いり)を漂白(びやう)する
 - 衣類(いり)を漂白(びやう)する
 - 衣類(いり)を漂白(びやう)する
 - 衣類(いり)を漂白(びやう)する
 - 衣類(いり)を漂白(びやう)する
 - 衣類(いり)を漂白(びやう)する
 - 衣類(いり)を漂白(びやう)する
- 同訓異義語 (Dōkunigigō):**
 - 同音異義語(同音異義語(訂正))
 - 同音異義語(同音異義語(訂正))
 - 同音異義語(同音異義語(訂正))
 - 同音異義語(同音異義語(訂正))
 - 同音異義語(同音異義語(訂正))
 - 同音異義語(同音異義語(訂正))
 - 同音異義語(同音異義語(訂正))
- 対義語 (Taigigō):**
 - 対義語
 - 対義語
 - 対義語
 - 対義語
 - 対義語
 - 対義語
 - 対義語

《ポイント》“用例”は重要です!テストには“用例”で、出題されることがあります。

①新出漢字一覧[教科書巻末]の漢字をノートに整理しよう!

- ※ 画数に気をつけながら、筆順やとめ・はねを確認し大きな字で書こう。
- ※ 訓読みで意味が分かるので一字一字の訓読みに注目しよう
- 同音異義語・同訓異字 ○形が似ている漢字(読み方に注意しよう)
- 「熟字訓」(特別な読み方をする熟語) ○漢字の意味…熟語の意味を考(かんが)える手がかりにしよう。

②教科書を繰り返し音読しよう!

- ※ 読んだ回数とかかった時間を記録しよう。

毎日、続けることが大事!!

○ 語句に関する学習は〈基礎編〉を参考に取り組もう！
○ 各教材の末尾にある課題をノートにやってみよう！

☆ポイント☆

【予習】

「学びの道しるべ」の課題について自分の考えをまとめよう！

【復習】

- ① 「学びを広げる」「学びを振り返る」の課題について自分の考えをまとめよう！
- ② 「学びを広げる」の問題に取り組み、先生に見てもらいましょう。
- ③ 教科書巻末の「資料編」を読んでノートにまとめてみよう！



[ノート例]

1 (現在) 「僕(=回想の中の僕)」がこうにまつわる思い出を語り始める。

2 「僕」はちやう集めに夢中

3 隣の家のエミールに自慢のコムサキを見せたが、難癖をつけられ喜びを傷つけられる。

4 ある日、ワジクヤママユをエミールが持っていることを知り、見に行く。

5 「僕」は欲望を押えられず、ワジクヤママユを盗んでしまう。

6 このちやうを持ってワジクヤママユはなげと悟り、返すに行くが、ちやうはつぶれてしまっていた。

7 エミールにあやまりに行くが軽蔑される。

8 夜、「僕」は大切にしていた収集品を一つ一つ粉々に押しつぶす。

少年の日の思い出 (僕) (回想)

書斎 腰掛が不透明閉ざ妙刺す蓋不愉快微笑

恥すかい 甲高い遊戯塔忍び寄る網待ち伏せ斑点

緊要 瓶 柱 自慢 傷む 投靴 妬む 憎む 足踏 押絵

文章 呈す 羨ましい 復讐 犯す 悟る 纏う 一切 罰

色あせる (赤ま) 1 色あせめる。色あうすくなる。2 美しさやみすみすしさを失う。衰える。よみがえる。1 死んだもの。死にかけたものが生きかえる。2 一度衰退したもの。再び盛んになる。燃え上がる。清らかなもの。激しい感情。熱心な気持ち。1 大切なもの。清らかなものをよこす。2 恥すべき行いなどをして名ぞ、罵りを傷つける。

微妙 運深く、何ともしえぬ。心の気持ちの変化

○ 後半では、教科書の課題を読んで自分なりにまとめてみよう。

○ ノートの前半には、「基礎編」で解説している「ことば」の力をつける課題に取り組もう。

しゃかい かい

- ・基礎編では「重要語句」を身に付けましょう！
- ・発展編では「重要語句」同士のつながりまで分かるようになりましょう！



基礎編+発展編で、「社会科が得意教科！」をめざしましょう！

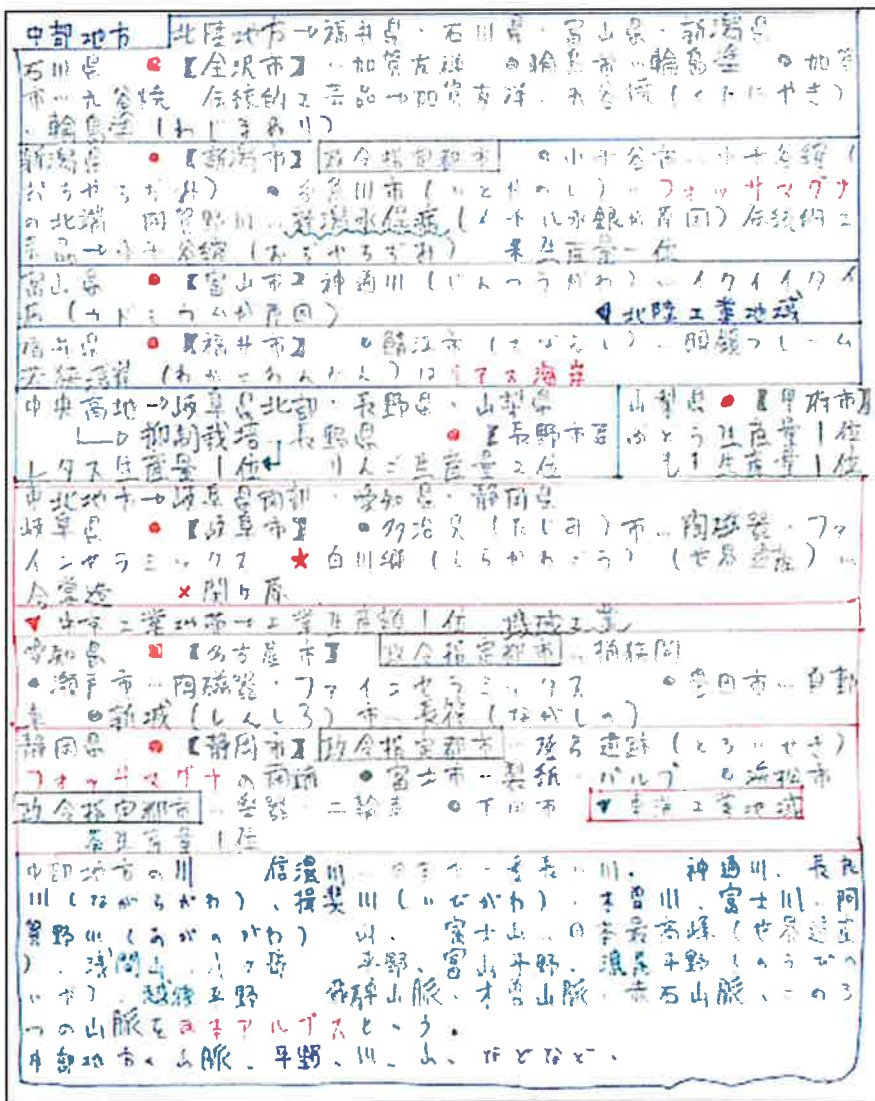


基礎編

1 学習の進め方

- ①教科書の太字で表した「重要語句」や学習した「用語」を覚えよう。
- ②「重要語句」や「用語」の意味や内容をまとめよう。

[ノート例]



2 ノートづくりの手順

- ① 「重要語句」や授業で学習した「用語」をノートに書き写そう。
- ② 「重要語句」や「用語」の意味や説明が書かれている部分を教科書から探し、線を引こう。
- ③ ②で線を引いた部分をノートに「できるだけ短い文」で書き写そう。



まずは、教科書を写すことから始めよう。慣れてきたら、少しずつ短い文章に工夫してまとめるようにするとグッと実力がアップします！

ノートができたなら、覚えるまで何度でも読み直そう！

数学

数学が得意になるために、

- 基礎編では「授業の内容」を確実に身につけます。
- 発展編では「数学的な考え方」が育ちます。

中学生編



「基礎編+発展編」であなたの「数学の世界」が、今よりも広がります！！

基礎編

【学習の進め方】

- 今日の授業をふり返ろう！
- 授業の例題を自分の力で解こう！
- 自分の力を確かめるために、よく似た問題に挑戦しよう！

【ノートの例】

このセットに関する問題を、連立方程式を利用して解く。
 道のり = 速さ × 時間、速さ = $\frac{\text{道のり}}{\text{時間}}$ 、時間 = $\frac{\text{道のり}}{\text{速さ}}$

① 1つの図形の合同
 合同な図形は、平面上の2つの図形について、一方をずらしたり、裏返したりすることによって他方がぴったり重なることができる。この2つの図形は合同である。記号は△ABC ≅ △DEF のように表す。

② 合同な図形の性質
 対応する線分の長さは等しく、対応する角の大きさは等しい。③ 三角形の合同条件
 2つの三角形が合同であるための条件は、次の3つが成り立れば、その2つの三角形は合同である。

④ 3つの辺の長さ
 ⑤ 2組の辺とその間の角
 ⑥ 1組の辺とその両端の角

《ポイント1》

教科書や授業ノートをひらいて、目を通そう。

《ポイント2》

今日の学習のめあてを書こう。

《ポイント3》

自主学習ノートを使って、授業で学習した例題をふり返ろう。

《ポイント4》

教科書や問題集にある類題に取り組もう。



正負の数・ラストの解き直し～

① -25 より大きく、およそ小さい数のつら。整数は

② $24 = 2^3 \times 3$, $40 = 2^3 \times 5$ と表せる。この2つの最小公倍数は

③ $-\frac{2}{3} + 4 - \frac{1}{3} - \frac{1}{2}$

④ $-23 \times (4 - 14) = -23 \times (-10) = 23$

⑤ $(-8) \times \frac{1}{2} - (-18) = 9$

⑥ $-52 \times (423) - 48 \times (112)$

⑦ $5 + (4 - 3^2) \times 2$

⑧ 加法の交換法則 $a + b = b + a$

⑨ 負の数 × 偶数個の正の数 = 正の数

⑩ 正負の数でわることは、その数の逆数もかけることと同じである。

⑪ 分配法則 $(a + b) \times c = a \times c + b \times c$

⑫ 累乗 a^2 は a を2回かけること。

《ポイント5》

答え合わせは1つずついいねに行おう。

《ポイント6》

間違った問題に再チャレンジし、すらすらできるようにしよう。

《ポイント7》

疑問や解決できなかったことは、次の日に先生に質問しよう。

＜学習の進め方＞

- ① 授業のポイントを、もう一度ノートにまとめ直そう！
- ② 発展問題に挑戦しよう！
- ③ 次の学習に興味をもち、予習をしよう！



〔ノートの例〕

数学 予習～

① 方程式の移項

② 方程式の両辺に同じ数や式を加えても、方程式は成り立つ。

$A = B \Rightarrow A + m = B + m$

③ 同じ数や式を引いても、方程式は成り立つ。

$A = B \Rightarrow A - m = B - m, Am = Bm, \text{両辺} = \text{両辺}$

④ 次の式のxを求めよ(10分)

$x - 9 = 3$ ① $x - 9 + 9 = 3 + 9$ ② $x = 3 + 9$ ③ $x = 12$

①では左辺の数の項-9があったが、両辺に9を加えたために、②では左辺から-9が消えている。その代わりに、③では、右辺に数の項+9が現れている。

上の式と、説明から、文字を求めるときは、**移項**が必要になる。

④ 方程式の一方の辺にある項を、符号を変えて他方の辺へうつすこと。

2段目の $x - 9 + 9 = 3 + 9$ で、方程式の性質が使える。

→ 両辺に+9をした。

+9をしたことにより、 $x - 9$ の-9は打ち消し、 $x = 3 + 9$ という式に持たせる。このように、1次方程式は、**移項**することにより、文字を求められる。

①) $2x + 1 = 9$ $2x = 9 - 1$ $2x = 8$ $x = 4$

②) $4x - 5 = -13$ $4x = -13 + 5$ $4x = -8$ $x = -2$

③) $3x = 2x - 15$ $3x + 2x = -15$ $5x = -15$ $x = -3$

④) $-3x + 2 = x + 4$ $-3x - x = -2 + 4$ $-4x = 2$ $x = -\frac{1}{2}$

《ポイント》

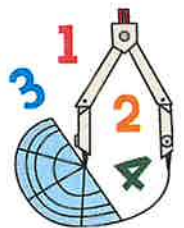
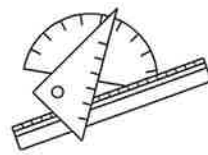
今日の学習のめあてを書こう。

《ポイント》

数学用語の解説や大事な公式などは書いて確認できるようにしておこう。

《ポイント》

問題解決のポイントを自分なりにまとめておこう。



《ポイント》

自分で課題をつくって取り組もう。

《ポイント》

問題文は図や表、グラフに表すと分かりやすくなります。



トラックが高速道路のA地点を出発し、その1時間後に乗用車が同じA地点を出発した。トラックの速さを時速60km、乗用車の速さを時速40kmとするとき、乗用車がトラックと追いつくのは、何時間かかるか。

乗用車がトラックに追いつく時間をx時間とする

$60(x+1) = 40x$

$60x - 40x = -60$

$20x = -60$

$x = -\frac{3}{2}$

これは問題に適している

A $\frac{3}{2}$ 時間

① 問題文の、方程式の解とある。② 問題の中にある、数量の関係を表す。表に表す。③ 方程式を解く。④ 出てきた解を代入し、おこしは問題の答えとする。

基礎編では「重要語句」を中心に力をつけていきましょう。

発展編では「科学的な思考力」「表現力」を育てましょう。



基礎編

- ① 教科書を参考に理科のノートを見直し、書き足りないところは書き加え、書き方の悪いところは直して、きちんと整理しよう！
- ② 観察・実験の方法を、ねらいと関連づけて理解しよう！
- ③ 教科書の太字＝重要語句をしっかりと覚えよう！
- ④ 観察・実験の器具や薬品名、注意事項なども覚えよう！
- ⑤ 問題を解こう、書いて覚えよう、できるまで、何度も繰り返して練習しよう！
- ⑥ 学習した内容が、生活の中で活用されているものを見つけよう！



1 まとめよう！

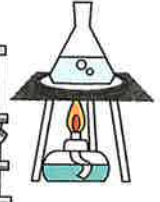
[ノート例]

寒気	暖気
気圧	気圧
風向	風向
気温	気温

《ポイント》大事なポイントは、図や絵、表やグラフを使って記入する。

《ポイント》重要語句をまとめる。

《ポイント》なぜなのか、その理由を分かりやすく記入する。



2 覚えよう！（練習問題や間違い直しが大切です！）

① 練習問題やテスト問題の間違いなどは、赤で正しく直しをする。

② 覚えるまで、すらすらできるようになるまで、何度でも練習問題などに取り組む。



- ①理科ノートをもとに説明を書き足し、オリジナルの分かりやすいノートにまとめ直すよう!
- ②教科書の大切な図なども書き写し、説明を書き加えよう!
- ③教科書の太字=重要語句の説明を書こう!
- ④問題を解こう!
- ⑤間違えた問題については、間違えた理由やポイントを書いて、理解を深めよう!
- ⑥問題を解いたあと、関連する内容を調べてみよう!
- ⑦理科の学習と日常生活とのつながりを考えよう!
- ⑧さらに、学習内容に関連した疑問点について調べてみよう。学習内容と関連づけて考えてみよう!



1 ノートの質を高めよう!

[ノートの例] 重要語句の説明

関連した事項についての追加の説明を加えるとより詳しくなる。

語句の説明には、図を加えると分かりやすくなる。

また、実験の結果等は、表やグラフを加えて、分かることをまとめる。

私の身のまわりには、太陽や蛍光灯、燃えているロウソクのように、自ら光を出す物体がある。太陽や蛍光灯のように、自ら光を出す物体のことを、光源という。

→月やリンゴ、教科書のように、自ら光を出さない物体もある。

① 光源から出た光は、四方八方に広がり、目に届く。② また、何かに反射し、目に届くこともある。物体の表面で光が反射することを、光の反射という。

③ 鏡の面に垂直な線と入射した光がたつくる角を、入射角という。④ 鏡の面に垂直な線と反射した光がたつくる角を、反射角という。⑤ ③と④を見比べると、入射角と反射角の大きさが等しいことが分かる。これを、光の反射の法則という。

① クラスをうろたえ入れ、水で洗う。② ちり紙の裏のところが、紙の繊維を溶かして、ガラス棒を溶かして作る。

水を注ぎ、ちり紙の繊維を溶かす。

紙の繊維は、ちり紙の繊維、という点とちり紙の繊維の繊維は、ちり紙の繊維を溶かして作る。

実験のポイントを重要語句と共に確認

大切な用語

水上置換法...水にとけにくい気体を集める方法。
 上方置換法...水にとけやすく、空気より密度が小さい気体を集める方法。
 下方置換法...水にとけやすく、空気より密度が大きい気体を集める方法。

溶解...溶液にとけている物質。
 溶媒...溶解をさせている液体。
 溶質...溶解が水である溶液。
 純粋物質...1種類の物質でできているもの。
 混合物...2つ以上の物質がまざりあっているもの。
 質量パーセント濃度...溶液の濃度を、溶質の質量が溶液全体の質量の何割にあたるかで表した値。

$$\frac{\text{溶質の質量}(\text{g})}{\text{溶液の質量}(\text{g})} \times 100$$

2 習熟の質を高めよう! (練習問題や間違い直し)

正しい解答をしっかりと理解する。

(問題)

1. 種子は、発芽する前、何という名前だ。100。

A. 胚珠

2. 種子がふき出しに、その植物を何というか。

A. 種子植物

3. わんは、失は、何というか。

A. 種子

被子植物の図

花柄、花冠、雄蕊、雌蕊、胚珠、子房、心皮、柱頭、花柱、花托、花柄、葉、根、茎、葉、花、果実、種子

被子植物

種子植物

なぜ間違えたのか、自分の弱点を克服する。



- 基礎編では、教科書をしっかり音読することからはじめます。音読は非常に効果があります。読めないのに書いても効果は上がりません。「読める」→「書ける」へと力をつけていきましょう。
- 発展編では、基礎編で身につけた語句や基本文をもとに自分でオリジナル問題を解けるようにしましょう。
 - ①繰り返し音読しよう。
 - ②書く練習を繰り返して、粘り強く少しずつ覚えよう。
 - ③練習問題に取り組み、ていねいに答え合わせをして実力をつけよう。

音読 おんどく

きょうかしょほんぶん 教科書本文をゆっくり読む



きょうかしょほんぶん 教科書本文をすらすら読む

語句 ごく

たんご いちご 1ノートに単語を一行ずつ書く (意味も書く)

本文 ほんぶん

きょうかしょほんぶん 1ノートに教科書本文を書く



きょうかしょほんぶん 1ノートに教科書本文を書き...

- ①英語の次に日本語を書く！
- ②一文ずつ覚えて書く！
- ③重要部分に線・印を付けてチェックする！



[ノート例]

(基本文) You must not eat too much. ▶ 必須は「食うべきではない」ではなく「食べてはいけない」は、「must not + 動詞の原形」で表す。

4 You must not eat too much. 「主語が何があっても同じ形」 ① 否定文「must not + 動詞の原形」 mustの否定文は、「食べてはいけない」という禁止を表す。

4 You must not eat too much. 「動詞は必ず原形」 notとmustのあとに置く。主語が何があっても否定文では、次の意味のちがいに注意する。も形はかわらない。

don't [doesn't] have to... 「必ずしも必要はない」 ② 原形

must not... 禁止「食べてはいけない」 must not → mustn't (発音は [マズン])

スペシャル

ワーク・プリントなどの問題を解いた後で...

- ①間違えた問題をもう一度やってみる！
- ②疑問に思った部分に付箋を付けて翌日に先生に質問する！
- ③自分のオリジナル問題を作る！ (問題を作ることがとてもよい勉強になります。)



- ① 発音やイントネーションを意識して暗唱できるまで
音読しよう！
- ② 単語や文をテスト形式でチェックしよう！
- ③ 自分だけのオリジナルノートをつくろう！

音読

教科書本文を暗唱する



感情を込めて、暗唱する

語句

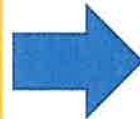
ノートに単語の自己テストをする（間違っものは直して練習）



本文

日本語を参考に英文を書く

- ①教科書本文の意味をノートに書く！
- ②ノートの日本語を参考に英文を書く！
- ③教科書で英文を確認する！



教科書本文を覚えて…

- ①ノートに書く！
- ②教科書で英文を確認する！

スペシャル

授業のノートを自分でまとめ直す！

【ノート例】

Unit 10 part 2

咲木先生と友人、ブラウンさんに
ボストンも案内してもらいます。2人は
ウェブサイトをみるから行き先を調べています。

B: This is Boston Common.

We can skate there.
Can you skate?

S: Yes, I can.

B: Let's walk there. We can
see some wonderful
buildings on the way.

目的の場所に向かう途中、咲木は日おの
銅像の前を通りがかります。

S: Who's that?

B: Can you guess?

S: No, I can't. Who is he?

B: He's Benjamin Franklin.

He's one of the Founding
Fathers of America.

S: Oh, I see.

Q1: What can we enjoy in Tategami?

A1: We can enjoy camping.

Q2: Who is Ms. Shinbara?

A2: She's one of the teacher of Saki's school.

skate wonderful buildings(s) way guess

on the way one of wonderful building guess

通る? の1人(人)

咲木先生と友人、ブラウンさんに
花崎を案内します。2人はウェブサイトを
見るから行き先を調べています。

S: This is Tategami-land.

We can enjoy camping near
here. Do you like camping?

B: Yes, I do.

S: Let's walk there.

We can see beautiful
sea on the way.

目的の場所に向かう途中、咲木は
女性を遠くに見つけ手を振ります。

B: Who's that?

S: Can you guess?

B: No, I can't. Who is she?

S: She's Ms. Shinbara.

She's one of the teacher
of my school.

B: Oh, I see.

教科書本文

本文を発展させ、
自分の身近な場面、
状況に設定して書いた
文



自分で作った文に
対するQ&A

- ・ 家の人や先生、友達
に出題してもらって
もよい

新出単語の練習

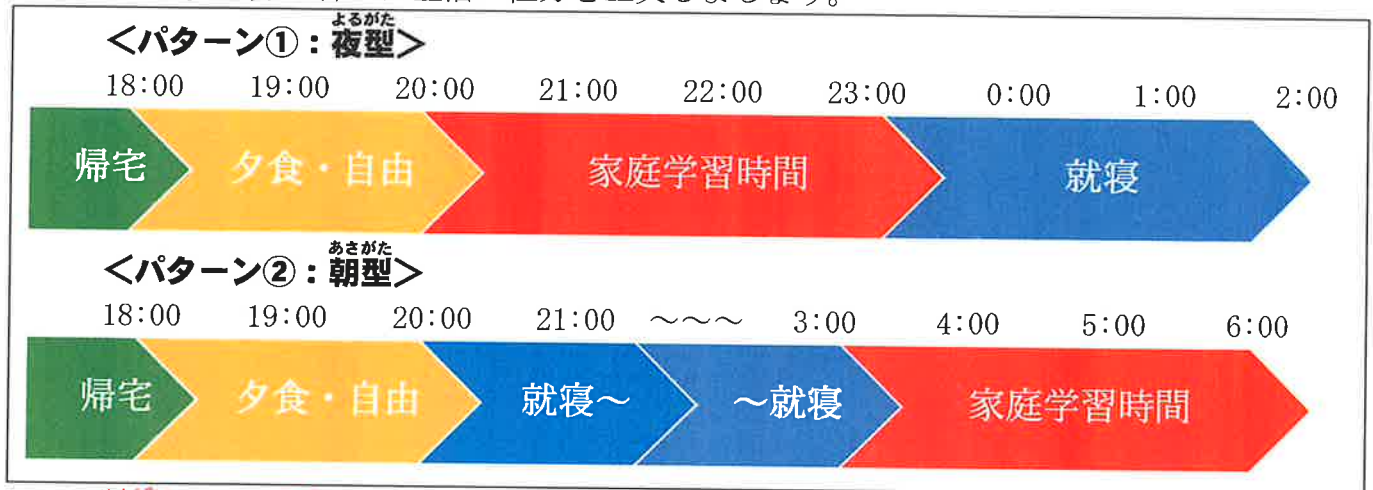
- ・ 覚えにくい単語は、
複数回練習する

5 中学生の皆さんへ

【一日の生活スケジュール】

部活や習い事など、一日の大半を学校で過ごす中学生にとって、家に帰ってからの時間の使い方は大変重要です。

全国的な統計調査によると、中学生の宿題以外の平均家庭学習時間は、年々増加しています。自分に合った生活の仕方を工夫しましょう。



【先輩からの声】

みなさんの先輩の高校生は、毎日の授業の受け方や家庭学習、そして計画を立てて勉強することの大切さを、高校に入ってから感じています。

<やっていたよかったこと>

- 自主学習ノートをやっていたよかった。
- 自主学習・授業中のノート作りを毎日頑張っていたので、高校に入ってから役に立った。
- 勉強時間を確保出来る習慣がついていたので、高校に入ってから無理をする必要がなくて楽だった。
- 毎日4時間勉強する目標を立てていたのが役に立った。

<やっておけばよかったこと>

- 毎日2時間、自主学習をする習慣をつけておけばよかった。
- 先生に言われたことをしっかりとやっておけばよかった。
- 黒板を写すだけでなく、先生の発言もメモする癖を身につけておけばよかった。
- 学習する時に、計画を立てながら進めていく習慣をつけておけばよかった。
- 中学校で習うことは確実に身につけておけばよかった。

【中学生の保護者の皆様の支援について】

- 中学生は、義務教育の集大成となる大切な時期です。中学3年間で、進路の決定はもちろん、子供に応じた学習スタイルの確立が必要になります。これまでのように、常に寄り添うのではなく、自立させるために、一人で頑張らせる部分と、傍にいて頑張りを認める部分を取り入れながら、子供の意欲を高めてください。
- 将来の夢やなりたい職業についての興味、関心が高まる時期です。家庭でも、折にふれて将来のことや進路のことなど、子供と話し合ってください。保護者が自分の中学校時代を振り返りながら、昔の夢や目標を話されることも子供には貴重な時間です。

1週間の生活リズムチェックシート

1学期

計画的に進められるようにしましょう！！

チャレンジ！-メディア・メディアコントロール

<松陵市全体の目標>

○「インターネット接続機器の使用は、夜9時まで」

○「それぞれの家の目標」

書いてみよう②！「1週間の生活リズムチェックシート」

小学生は「家庭学習強調週間」、中学生は「テスト期間」にあわせて、学期に一回、家での過ごし方をチェックしてみよう。1週間の生活のリズムを調べたら、家族で振り返ってみよう！

日付	チャレンジ！家庭学習			チャレンジ！家読		チャレンジ！ノーメディアコントロール
	学習した時間	時間(分)	学習したこと	目標時間：1日()分		
				読書時間(分)	読んだ本	
月 日()	分	20 40 60 80 100	<input type="checkbox"/> 普通() <input type="checkbox"/> 朝日の予習() <input type="checkbox"/> 今日の復習() <input type="checkbox"/> その他()	10 20 30 40 50 60		守れた・守れなかった
月 日()	分		<input type="checkbox"/> 普通() <input type="checkbox"/> 朝日の予習() <input type="checkbox"/> 今日の復習() <input type="checkbox"/> その他()			守れた・守れなかった
月 日()	分		<input type="checkbox"/> 普通() <input type="checkbox"/> 朝日の予習() <input type="checkbox"/> 今日の復習() <input type="checkbox"/> その他()			守れた・守れなかった
月 日()	分		<input type="checkbox"/> 普通() <input type="checkbox"/> 朝日の予習() <input type="checkbox"/> 今日の復習() <input type="checkbox"/> その他()			守れた・守れなかった
月 日()	分		<input type="checkbox"/> 普通() <input type="checkbox"/> 朝日の予習() <input type="checkbox"/> 今日の復習() <input type="checkbox"/> その他()			守れた・守れなかった
月 日()	分		<input type="checkbox"/> 普通() <input type="checkbox"/> 朝日の予習() <input type="checkbox"/> 今日の復習() <input type="checkbox"/> その他()			守れた・守れなかった
月 日()	分		<input type="checkbox"/> 普通() <input type="checkbox"/> 朝日の予習() <input type="checkbox"/> 今日の復習() <input type="checkbox"/> その他()			守れた・守れなかった

<1週間をふりかえって一言>

<家族の方から一言>

1週間生活リズムチェックシート

2学期



計画的に遊められるようにしましょう!!

チャレンジ! ノーメディア・メディアコントロール

< 札幌市全体の目標 >

○ 「インターネット接続機器の使用は、夜9時まで」

< それぞれの家の目標 >

○

日付	チャレンジ! 家庭学習		チャレンジ! 家読		チャレンジ! ノーメディア・メディアコントロール
	学習した時間	目標時間: 1日 () 分	読書時間 (分)	目標時間: 1日 () 分	
月 日 ()	時 分	20 40 60 80 100	10 20 30 40 50 60	読んだ本	守れた・守れなかった 守れた・守れなかった 守れた・守れなかった 守れた・守れなかった 守れた・守れなかった 守れた・守れなかった 守れた・守れなかった
月 日 ()	時 分	■ 昼寝 () ■ 朝日の予習 () ■ 今日の復習 () ■ その他 ()			
月 日 ()	時 分	■ 昼寝 () ■ 朝日の予習 () ■ 今日の復習 () ■ その他 ()			
月 日 ()	時 分	■ 昼寝 () ■ 朝日の予習 () ■ 今日の復習 () ■ その他 ()			
月 日 ()	時 分	■ 昼寝 () ■ 朝日の予習 () ■ 今日の復習 () ■ その他 ()			
月 日 ()	時 分	■ 昼寝 () ■ 朝日の予習 () ■ 今日の復習 () ■ その他 ()			
月 日 ()	時 分	■ 昼寝 () ■ 朝日の予習 () ■ 今日の復習 () ■ その他 ()			
月 日 ()	時 分	■ 昼寝 () ■ 朝日の予習 () ■ 今日の復習 () ■ その他 ()			

< 1週間をふりかえって一言 >

< 家族の方から一言 >

1 週間の生活リズムチェックシート

3 学期



計画的に進められるようにしましょう！！

チャレンジ！ノーメディア・メディアコントロール

< 札幌市全体の目標 >

○ 「インターネット接続機器の使用は、夜9時まで」

< それぞれの家の目標 >

○

日付	チャレンジ！家庭学習			チャレンジ！家読			チャレンジ！ノーメディア・メディアコントロール
	目標時間：1日()分		学習したこと	目標時間：1日()分		読んだ本	
	学習した時間	時間(分)		読書時間(分)			
月 日 ()	時間 分	20 40 60 80 100	■ 昼() ■ 朝日の予習() ■ 今日の復習() ■ その他()	10 20 30 40 50 60			守れた・守れなかった
月 日 ()	時間 分		■ 昼() ■ 朝日の予習() ■ 今日の復習() ■ その他()				守れた・守れなかった
月 日 ()	時間 分		■ 昼() ■ 朝日の予習() ■ 今日の復習() ■ その他()				守れた・守れなかった
月 日 ()	時間 分		■ 昼() ■ 朝日の予習() ■ 今日の復習() ■ その他()				守れた・守れなかった
月 日 ()	時間 分		■ 昼() ■ 朝日の予習() ■ 今日の復習() ■ その他()				守れた・守れなかった
月 日 ()	時間 分		■ 昼() ■ 朝日の予習() ■ 今日の復習() ■ その他()				守れた・守れなかった
月 日 ()	時間 分		■ 昼() ■ 朝日の予習() ■ 今日の復習() ■ その他()				守れた・守れなかった

< 2週間をふりかえって一言 >

< 家族の方から一言 >