

# 家庭学習の手引き

沼田市沼田西中学校

## ◎学力をつけるためのポイント

### ①学力の基盤は生活習慣

学力は毎日こつこつと努力を積み重ねることでは身に付きません。そこでは**生活習慣を整える**ことが重要です。

1. 早く起き、三度の食事をきちんと摂る。(特に朝食。朝食を摂らないと脳が活発に動かない)
2. 忘れ物をしない。(持ち物は前日にそろえる)
3. 夜遅くに勉強しない。(早い時間にする。0時には熟睡している)

### ②家庭での学習

たとえ宿題がなくても、毎日の家庭学習(予習や復習)が必要です。特に**復習が大切**です。

また、**集中して取り組む**が必要です。**計画的に**家庭学習をしていきましょう。

1. 宿題や自主学習は必ずする。
2. 決まった時間に、決まった場所で学習する。  
(遅くまで勉強しても思ったほど効果は上がらない。逆に生活のリズムを乱し、朝起きられなくなる。)
3. テレビを見ながら・・・音楽を聞きながら・・・といったような「ながら」勉強はダメ!
4. 自分にあった学習の仕方を見つけ実践していく。  
【例】・声を出して読んだり、紙に何度も書いたりして覚える。  
・要点をノートにまとめたり、図や表や式を書いたりして重要なことをまとめる。  
・問題集を解き、間違えたものは2度、3度とやり直し、完全にできるようにする。

## ◎基本スタイル

| 家庭学習の流れ | 取 組             | 内 容                                                                      | 時 間               |
|---------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------|
|         | ①宿題・課題に取り組む     | ・各教科で出された課題に取り組む。                                                        | 自分の学年<br>×<br>1時間 |
|         | ②予習・復習に取り組む     | ・その日に学習した内容や問題を振り返る。<br>・その日に取ったノートをもう一度ノートに書く。<br>・次の日に学習する内容を教科書で確認する。 |                   |
|         | ③レベルアップ学習に取り組む  | ・裏面の各教科のポイントを参考にレベルアップのための学習に取り組む。                                       |                   |
|         | ④時間に余裕があれば読書しよう |                                                                          |                   |

## ○各教科のポイント

### 国 語

#### 《基礎》

- ①漢字練習をする。
- ②文法を復習する。
- ③授業を振り返り、ノートにまとめる。
- ④ワークの問題をする。
- ⑤授業で使ったプリントを復習する。

#### 《発展》

- ⑥漢字検定の問題をする。
- ⑦入試問題をする。
- ⑧作文などを書き、先生に提出する。
- ⑨本や新聞の記事などを読み、感想を書く。

### 数 学

#### 《基礎》

- ①教科書の「例題」「問」「確認問題」「やってみよう」「A問題」を、ノートに繰り返しやる。
- ②数学のワークの「A問題」をノートに繰り返しやる。
- ③単元テストを 100 点が取れるまでやり直す。  
\*間違えた問題は途中計算も含めて解答を書き写す

#### 《発展》

- ③教科書の「B問題」をノートに繰り返しやる。
- ④数学のワークの「B問題」を繰り返しやる。
- ⑤定期テストや実力テストを 100 点が取れるまでやり直す。
- ⑥教科書巻末「数学旅行」「チャレンジ編」の問題をノートにやる。

### 社 会

#### 《基礎》

- ①重要語句(教科書の太字)の意味をノートにまとめる。
- ②ワーク・単元テストの問題に繰り返し取り組む。  
\*答え合わせは赤ペンです。  
(苦手を意識するため)  
\*間違えた問題は解説を読んでおく。

#### 《発展》

- ③ワークの後半にある、重要語句(一問一答問題)について、問題をノートに書いて答える。答えをもとに問題を書く。
- ④教科書の単元終わりにある「学習をふり返ろう」に取り組み、ノートに答えをまとめる。

### 理 科

#### 《基礎》

- ①基本用語や授業内容の確認(ノートに書く等)
- ②教科書を読む
- ③授業のノートを見る
- ④授業で出されたプリントを見る
- ⑤ワークの問題をする  
\*答え合わせのとき、間違えた答えは消さずに残しておき、正答を赤ペンで記入する。

#### 《発展》

- ⑥ワークの問題を繰り返し取り組む
- ⑦実験・観察をしたことを自分でまとめる  
\*授業のノートの丸写しのことではない。
- ⑧実力テストや定期テストの問題をやり直す。  
\*100 点が取れるまで繰り返す。

### 英 語

#### 《基礎》

- ①単語練習する。
- ②基本文の練習をする。
- ③教科書の音読をする。
- ④ワークの基本ワーク(左ページ)の問題をやる。
- ⑤単元テストをやり直したり、授業で使ったプリントを復習したりする。

#### 《発展》

- ⑥ワークの発展ワーク(右ページ)の問題をする。
- ⑦ワークなどの長文問題をする。
- ⑧英作文の問題に取り組む。
- ⑨英語で日記を書く。(一言日記・長い日記)  
\*文法的な間違いは気にせず、とにかく書いてみよう。