

資 料 編

できることから

はじめてみよう!



食べて

動いて

よく寝よう

～ポイントは「時間」～



沖縄県教育委員会



食ベて



1 朝食を食べる

朝ごはんは、1日のエネルギー源です。子どもが園や学校でしっかり活動できるように、バランスのよい食事をできるだけ家族みんなで食べましょう。

朝食をしっかり食べるためには、朝早く起きて、ゆとりをもつことが大切です。

2 朝うんちの習慣を

規則正しい生活をするとうんちが出てきます。お腹がすっきりした状態なので、子どもは気持ちよく、安心して、元気に活動することができます。

○脳にとって大切な栄養→ま・ご・は(わ)・や・さ・し・い

「ま」:豆類 「ご」:ごま 「は(わ)」:わかめ 「や」:野菜 「さ」:魚 「し」:しいたけ(キノコ類) 「い」:いも(穀類)

○食事は「心の栄養補給」

食事は、栄養素の補給だけをするものではありません。家族のコミュニケーションを図る絶好の機会でもあります。

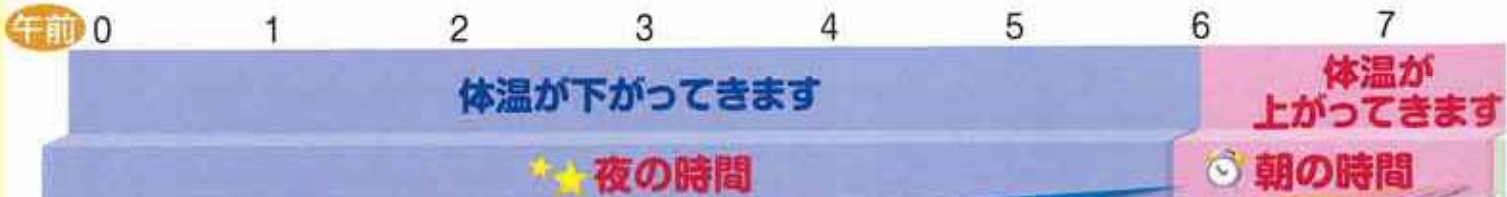
わが家の工夫

子どもとコミュニケーションをとるためには…

- ・子どもに、皮むきやお箸並べ等、できることを手伝わせる。
- ・食事時間にテレビをつけない。

排便の習慣づくりには…

- ・うんちが出なくても、毎朝、トイレに入って座る。



よく寝よう

静けさ、安らぎ、きれいな空気で、早寝・早起き！朝は、朝の光を浴び、体内時計をリセットしましょう

食ベて

朝ごはんを食べましょう
1日のエネルギー源、バランスのよい食事をしましょう

時間

朝ウンチをしましょう
体をスッキリさせましょう

時間

元気なあいさつをしましょう
●おはようございます
●いってきます



動いて



① 人と関わる運動や外あそびをしよう

友だちといっしょに外で元気に遊んだり、運動したりするとお腹がすき、食がすすみます。また、昼間の疲れで、夜はぐっすり眠ることができます。

運動は、子どもの体力向上につながります。外あそびで、子ども同士のつながりができ、ルールを守り、他人を思いやる心が育ちます。小さい頃から、人と関わるあそびをしていないと、理性や社会性は育ちません。情緒のコントロールもできないし、反省することや協力することも学べません。

② 汗をかくだいりの運動が必要!

自発的に、自主的に行動しようとする意欲づくりのためにも、自律神経の働きをよくする運動刺激が必要不可欠です。徒歩通園・通学、からだを動かすお手伝いも、生活の中での大切な運動です。

「歩くことが運動の基本、走ることが運動の主役」…心臓ドキドキ・汗をかくだいりが、自律神経のはたらきをよくする運動のめやすです。

わが家の工夫

- ・お父さんの帰宅が遅い場合は、子どもとのふれあいは、朝、行うようにする。
→お父さんと遊ぶのが楽しみで、子どもも朝早く、すっきり目覚めるようになった。元気よく登園するようになった。
- ・雨で外に出られないときは、近所の子どもとお母さんが集まって、親子体操をする。(ホームページ参照)



8

9

10

11

12

午後 1

2

3

4

体温がどんどん上がっていきます

体温が1番上がっています

☀ 昼の時間

動いて

体を動かして、体温を上げ、ウォーミングアップをしましょう
歩いて登園・登校しましょう
体育や休み時間は、しっかり汗をかきましょう

動いて

頭を動かしましょう
授業中は集中して考えましょう

動いて

心と体を十分に動かしましょう
自分や友だちの気持ちを考えて、仲良く戸外あそびを楽しみましょう

よく寝よう



① 夕食時刻を早めよう

決まった時刻に寝床に入り、お話や読み聞かせ等をして自然に眠りに入るようにしましょう。そのためには、夕食を早めにとるように心がけましょう。

夕食が遅いと、就寝も遅くなり、翌朝の起床も遅れ、朝の活動力も低下するという、負の連鎖が生じます。

「寝る子は育つ」…寝ている間に、成長ホルモンが分泌され、子どものからだと脳が成長します。十分な睡眠時間を確保するため、小学校低学年の頃までは遅くとも9時までに寝かせましょう。

② 安心して眠れる環境を

室内の照明が明るすぎると、入眠物質(メラトニン)濃度がおさえられ、体内時計が狂ってしまいます。光刺激が強いほど、影響も大きくなります。

夜間の外出を控え、就寝前のテレビ視聴やゲームをさせないようにし、静かで快適に眠れる環境を整えましょう。

安心して眠るには、「静けさ」「安らぎ」「きれいな空気」が必要です。

～翌朝は、太陽の光を浴び、心地よい目覚めができるようにしましょう～

わが家の工夫

夕食時刻を早めるには…

- ・買い物は、休日にまとめて買う、買う物を決めて買う等工夫して、仕事後はできるだけ早く家に帰れるようにする。

ふれあい…

- ・お風呂にいっしょに入る。
- ・テレビ視聴やゲーム使用の時間を決め、家族読書の時間を設ける。
- ・夕食は家族そろって食べる。



5 6 7 8 9 10 11 0時

体温を下げる
準備をしています

夕方の時間

体温がどんどん下がってきます

夜の時間

時間

家庭学習をしましょう
時間を決めてしっかり
勉強しましょう

よく寝よう

夕食や入浴は
早めにしましょう

よく寝よう

テレビや照明を消して
眠れる静かな環境をつ
くりましょう

規則正しい生活リズムで、毎日が過ごせるよう、
家族で取り組みましょう。

生活習慣が乱れると…



できることから はじめてみよう!



- 心・ふれあいを育てるためには、家庭における「食」を、
 - 自律神経を鍛え、生きる力を育むためには、「運動」を、
 - キレないで、精神を安定させるためには、「睡眠」を、
- 大切にしなければならないのです。

食べて 動いて よく寝よう!!

(早稲田大学教授 / 医学博士 前橋 明)

子どもの生活リズムを大切にしましょう!

規則正しい生活リズムが、子どもの意欲や
学力・体力の向上、情緒の安定につながります。

～大人は子どもの「人生のモデル」～

子どもの生活リズムを、大人の都合に合わせて、乱していませんか?

規則正しい生活リズムは、大人にとっても、大切です。大人がイキイキと健康に過ごしている姿や笑顔あふれる姿は、子どもたちのお手本になります。

また、子どもが規則正しい生活習慣を身につけると、お母さんやお父さんが、心のゆとりをもつことができ、子育てが楽になります。

保護者のみなさん、大人のみなさん、間違えないで!!

● 深夜外出の制限 (午後10時～午前4時)

保護者は、正当な理由がある場合を除いて、深夜10時以降に青少年のみで外出させてはいけません。深夜営業(者)は、施設内にいる青少年に帰宅を促す義務があります。

● 保護者が同伴でも、深夜は興行場に入れません!!

青少年(18歳未満)は、深夜(午後10時～午前4時まで)、保護者が同伴でも、カラオケボックスやマンガ喫茶、インターネットカフェ、ボウリング場、ビリヤード場、映画館などの興行場に立ち入れません。(沖縄県青少年保護育成条例)

ゲームセンターについては、午後8時～日の出まで立ち入れません。

(沖縄県風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律施行条例)

深夜徘徊は⇒危険………恐喝や暴行、性犯罪に巻き込まれる危険性が高くなります。

成長を阻害……からだの成長だけでなく、勉強や心の成長にもネガティブな影響を及ぼします。

非行のはじまり……次第に飲酒・喫煙、窃盗・傷害と、非行や犯罪行為が深刻化します。

● 市町村の施設をのぞいてみよう…

公民館・図書館・児童館・子育て支援センター・子育て広場・学童クラブ
子ども会・ファミリーサポートセンター・地域の子育て支援グループなど

☆詳しくは、市町村の教育委員会や児童家庭課などにお問い合わせ下さい☆

● 青少年の家を活用しよう…(青年の家・少年自然の家から名称変更)

様々な体験活動を行っています。親子で参加しませんか。

・名護青少年の家 ・石川青少年の家 ・糸満青少年の家
・玉城青少年の家 ・宮古青少年の家 ・石垣青少年の家

☆利用方法など、詳しいことは、各施設へお問い合わせ下さい☆

● 親子電話相談

098-869-8753 月～土 午前9時～午後10時

子育てのことでお悩みの方、学校、友だち、家庭のことで相談したい小・中・高校生の皆さん、お電話を待っています。

● 親子ふれあい体操

運動あそびを生活の中に取り入れてみませんか。

沖縄県教育委員会ホームページからダウンロードしてご利用ください。

[Http://www-edu.pref.okinawa.jp/gaku/oyakohureai/index.html](http://www-edu.pref.okinawa.jp/gaku/oyakohureai/index.html)

毎月第3金曜日 少年を守る日

毎月第3日曜日 家庭の日・ファミリー読書の日

毎月第3土曜日 おきなわ地域教育の日

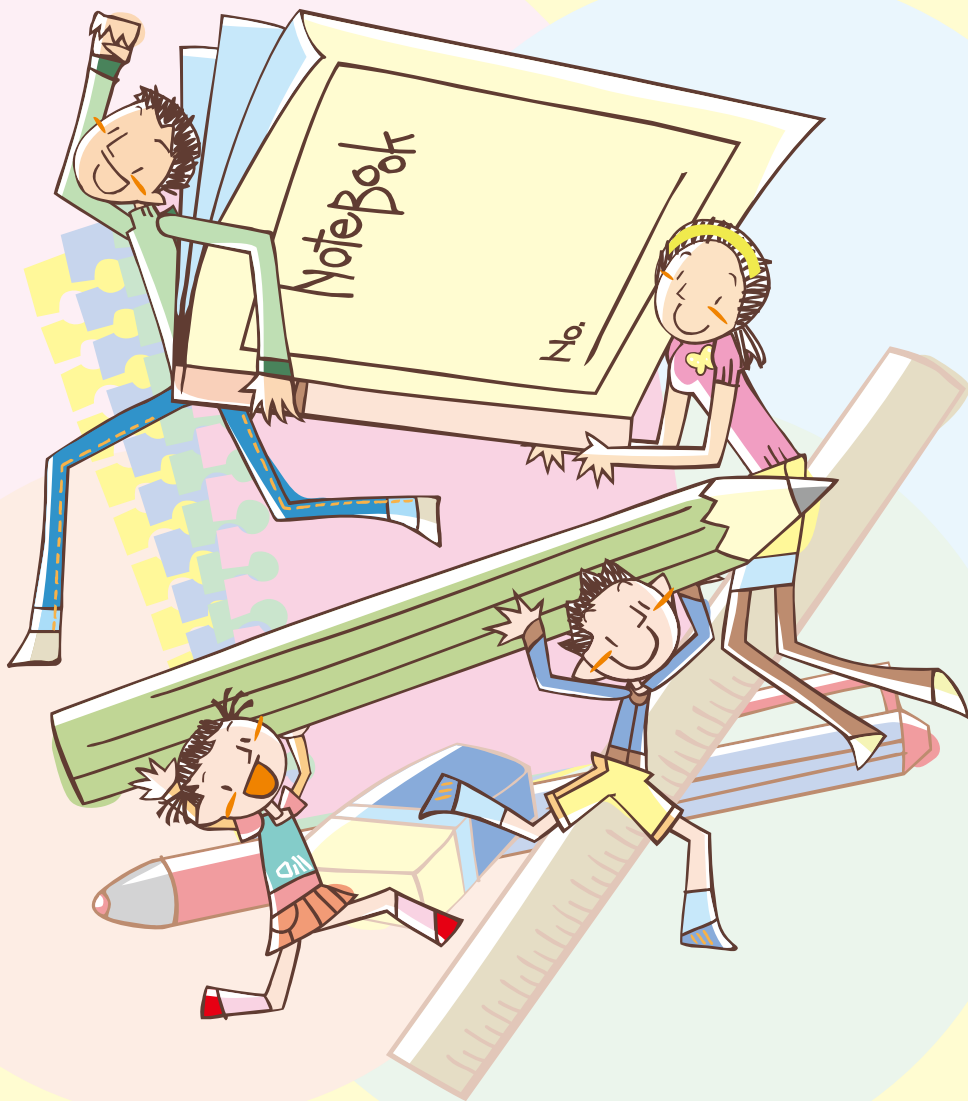
問い合わせ先：沖縄県教育庁生涯学習振興課

〒900-8571 那覇市泉崎 1-2-2 TEL：098-866-2746 FAX：098-863-9547

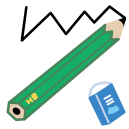
家庭学習の手引き

家庭を学びの環境に

～すすんで学ぶ子どもを目指して～



沖縄県教育委員会



家庭を学びの環境に

～すすんで学ぶ子どもを目指して～



● 家庭学習の手引き ●

生活にリズムを！

「早寝早起きをする」「朝食をきちんと食べる」など、規則正しい生活リズムが日々の子どもの生活を充実させ、家庭学習の習慣化につながります。

「がんばり」を見のがさずに！

子どもの学習に目を向け、必要な声かけや見届け（点検）を行いましょう。ねばり強い努力を本気でほめましょう。

勉強時間を決めて！

最初は短く、だんだん長く。目安は15分×学年です。テレビを見ながら、おやつを食べながらはやめましょう。

すすんで学ぶ好奇心を！

身のまわりや社会の出来事に目が向くように働きかけましょう。PTA行事や地域行事への参加をすすめてみましょう。

読書に親しむ！

まずは家庭での読書や読み聞かせをしましょう。図書館や書店で本との出会いも楽しいものです。

情報（インターネット）との正しいつきあい方を！

役立つ道具ですが、同時に危険性もあわせてもっています。ルールを守り、家族の目の届くところで楽しく使わせましょう。

一緒に家事を！

家族の一員としての責任感と自立心を育てましょう。家族が協力して家事を行うことで、それぞれの大切さを学びます。

先生と連絡を！

わからないこと、困ったことは、遠慮せずに先生に相談しましょう。子どもたちのことを、先生と一緒に考えてみましょう。

保護者の皆様へ

～「確かな学力」の土台は、基本的な生活習慣の確立としつけ～

教育の原点は「家庭」にあります。子どもの教育は家庭から始まり、子どもたちは、家族との温かい関わりや体験を通して多くのことを学び、たくましく成長します。

ところが最近、「人との関わりが苦手」「学びへの意欲が低下している」など子どもたちの様々な課題が指摘され、家庭の学習面でも「学ぶ習慣は身に付いているのか?」「学習時間は確保できているのか?」などと、問われています。私たちは、今こそ学校と家庭が一致協力して、子どもたちに健康な心身と道徳性を育て、「確かな学力」を身に付けさせなければならないと考えます。

この「家庭学習の手引き」は、特に教科の学習に焦点を当て、各家庭で子どもたちが、自分の力で目標を持って学習を進めていけるよう、大切なことや具体的なアドバイス、ヒントなどを集めて作成しました。

しかし、家庭学習の習慣化を図るには、「早寝早起きをする」「挨拶をする」「家事を分担する」などの基本的な生活習慣の確立としつけが大切であり、まず家庭で取り組まなければならないと考えています。

私たちは、家庭における基本的な生活習慣の確立としつけを土台に、豊かな自然体験や社会体験を通して、子どもたちに、学ぶことの意味や楽しさ、人と関わることの素晴らしさに気づかせ、自分に自信と誇りをもってほしいと思っています。また、学んだことをぜひ家庭や地域での生活に生かしてほしいと願っております。

ご家庭の皆様にも以上の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いし、子どもたちの家庭学習がさらに充実するように、この冊子をご活用いただければ幸いです。

目次

子どもの「学ぶ力」は家庭学習から育ちます	85
我が家の凡事徹底と家庭学習	
小学校1・2年生	87
基本的な学習習慣をきちんと身に付ける	
小学校3・4年生	89
自ら机に向かう姿勢を育てる	
小学校5・6年生	91
自ら予定を立て、自力で学習を進める	

子どもの「学ぶ力」は 家庭学習から育ちます

そんな
大げさな！

と、思われるかもしれませんが、
実際、家庭学習に励んでいる子ども
たちには、自分に自信をもち、
積極的にあらゆる学習に取り組ん
でいる子どもたちが多いのです。



もちろん、「学ぶ力」を育てることは学校教育の重要な役割ですが、むしろ家庭での関わり方によって、その育ち方は大きく変わります。

下の図のように、家庭（保護者）と学校（教師）とが「家庭学習」を通して協力し合うことが、子どもたちの「すすんで学ぶ力」と「心身の健康」を育てていくのではないのでしょうか。

家庭と学校とが協力し合って
子どもの「学ぶ力」を育てましょう。

- 生活リズムを整え、決まった場所と時間で**学習に集中できる環境**を
- 認め、励まし、対話のある**温かいふれあい**を



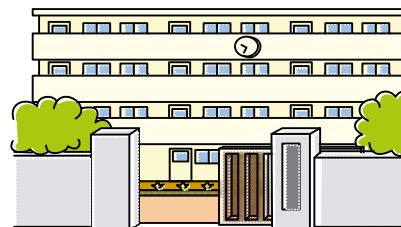
家庭で

すすんで
学ぶ力



心身の健康

- 基礎学力をつけ、学び方を教え、主体性を育てる、**学習指導**を
- 子どものよさを生かした、**家庭学習の提案**を



学校で

この
手引きは

- ・家庭学習の習慣化を目指して家庭教育を見直し、各家庭の事情に合わせた内容や方法を決めていただくための参考となるように作成しました。
- ・5ページからは、学年ごとに、家庭学習のポイントとなる事から内容の具体例を見開きで載せています。
- ・学習上のきまりや約束をつくるために役立つアドバイスやヒントを集めています。

我が家の

「凡事徹底」と家庭学習

「当たり前の方が当たり前でできる」

いわゆる「**凡事徹底**」を

あなたの家で、学校で、地域で
いろいろなところで、やってみよう。

- ・あいさつをする
- ・人の話を聞く
- ・相手を思いやる
- ・いじめをしない
- ・時間を守る
- ・靴を並べる
- ・清掃をする など

このアピール文は、平成 19 年 11 月に
全学校に向けて発信されたものです。

アピール文では、日常生活の中で、無
理なくできる行動を提起し、学校、家庭、
地域のあり方を問い直していこうと発信し、
様々な立場の方々から「よかった！」と
大きな反響をいただいています。

生活リズムの確立や規範意識・マナー
の育成など基本的な生活習慣の確立は、「**確
かな学力**」「**豊かな人間性**」「**健康・
体力**」の土台であります。

各家庭においては、「我が家の凡事徹底」
を決めて実行していただきたい思います。

足もとを見直す！

今こそ「**家庭を学びの環境に**」する努力が、子どもたちの未来に対する大人社会
の重要な課題であると考え、この「手引き」を作成しました。

すすんで学ぼうとする力は、

子どもが一番安心できる家庭で、安定した生活リズムの中、毎日学習に取り組む

ことで育ちます。

われわれ大人はもう一度足もとを見直し、決してその時々気分や感情に流されず、
大人としての責任を自覚して、家庭学習の充実を目指しましょう。改めるべきことは改
め、当たり前のごことは、当たり前のごこととして推し進めるとともに、家庭を学びの環境
に整えていきましょう。

ちよつとひとこと

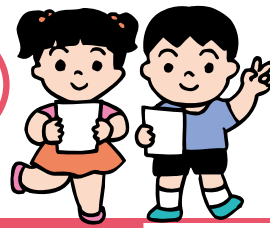
「**時を守り、場を浄め、礼を正す**」という森信三先
生の言葉があります。

この言葉は、子どもたちだけでなく、我々、大人でも、
社会人として、また、人間としても大切なことを教えています。子どもは親（教師）を見て育つと言
われます。我々大人が率先垂範して、取り組んでいきたいものです。

- 時を守る** ● 時間を守ること。時間を守ることは、相手を尊重すること。そのことにより、自
分信用を重ねること。
- 場を浄める** ● 掃除をすること。掃除をすることの意味は5Kで表され、気づく人になれること。
①きれいな場所にする ②心を磨く ③謙虚になれる
④感動の心をはぐくむ ⑤感謝の心が芽生える
- 礼を正す** ● あいさつをすること、返事をすること。あいさつをすることの意味は、心を開いて相手
に迫ること。

小学校1・2年生

小学校1・2年生
こんな時期です



学習時間のめやす

15～30分

「育ち」や「学び」の特徴

- 一人で学習の内容や方法を決めることはまだ無理です。家族の手助けが欠かせません。
- 「やったね!」「よくできたね!」まわりのほめ言葉が、すばらしい意欲を生み出します。
- いろんなことに興味・関心をもち、何でも知りたがりです。
- 「早寝早起き」「しっかり朝食をとる」「朝の排便」「正しい姿勢で座る」などの基本的な生活習慣が身につくと、学習の習慣も身につきます。
- 児童館(学童保育所)の先生とも十分連携が必要です。必要なことは相談しましょう。

学習内容の特色(学校で)

- 「読み、書き、計算」など、基礎的・基本的な学習が始まります。
- 教科ごとの45分間授業が基本です。先生の話をしっかり聞いて学習します。
- 生活と結びついた学習が多く、具体物を使ったり、実際に体験したりします。
- 繰り返し練習することで、力がつく学習内容がたくさんあります。
- 「鉛筆を正しくもつ」「明日の学習を準備する」「整理整頓をする」も、基本となる学習です。

家庭学習の つぼ! 3か条



その
1

最後までやり終える! ~家族も一緒に根くらべ~

「宿題は最後までやること」を守らせましょう。最後までやったかどうかを必ず家族の目で点検しましょう。テレビやゲームも、時間のけじめをきちんと守らせましょう。

根負けせずに、ねばり強く働きかけることが大切です。

その
2

子どもにも家事を! ~高学年・中学生になっても~

家庭で、子どもにできる仕事を見つけてください。

家族の一員としての自覚が育つとともに、学習に必要な持続力、集中力、根気などが育ちます。こうした家事の分担は、学年が上がってもするべきです。

その
3

子どもが見ているぞ! ~子は親のうしろ姿を見て育つ~

大人が、お手本となるような「学ぶ」姿勢を見せましょう。家族ぐるみでよりよい学習習慣づくりに努めることが大切です。読書はとても効果的です。

基本的な学習習慣をきちんと身につける。

ワンポイントアドバイス

小学校 1・2年生 家庭学習
こんな内容・方法で

～家庭学習を始める前に～

- 学習前に、勉強する場所の整理整頓を。
- 学校からのプリント類を一緒に確かめる。
- 今日の宿題を一緒に確かめる。
- 鉛筆の正しいもち方を教える。



宿題

全部できるようになれば、まず大丈夫！宿題をやり終える子どもにしましょう。家族のアドバイスが必要です。



日記

楽しかったことやうれしかったことを、少しでも素直に自分の言葉で書くようアドバイスしましょう。

国語

音読

- 楽しんで、すらすら読めるように毎日練習しましょう。
- 句読点に気をつけて、大きな声ではっきりと読みましょう。

漢字

- 書き順に気をつけて、丁寧にゆっくり書きましょう。

読書

- 子どもにあった本をまわりにおきましょう。読み聞かせをするのもいいですね。



鉛筆の正しい持ち方

算数

計算

- 速さを競わずに、楽しみながら計算に慣れるようにしましょう。正しく計算ができるようになれば、少しずつスピードを上げて練習しましょう。
- まちがった問題は、必ずもう一度やり直す習慣をつけましょう。正しい計算手順が確実に身につくように、ときには、手順を唱えながら練習しましょう。

生活

- 休みの日には、山や川、動植物園などに出かけ、本物の動植物にふれましょう。家でも生き物を育ててみましょう。

音楽

- 鍵盤ハーモニカの練習をしましょう。



長い休みにはこんなことを!

ふだんできないことに、家族でじっくり取り組みたいものです。

たとえば

- ・絵日記を続ける。
- ・水にじゅうぶん浮かす練習をする。
- ・図書館での読書を経験する。
- ・自分の街の自慢(自然、公園、施設など)を絵に描いたり、身の回りの材料で工作したりする。
- ・補助輪をはずして、自転車に乗る練習をするなど

我が家のばあい

「～できたか?」「～しなさい!」よりも親が時間を決めて本を読み始めると、子どもも私のそばで自然に宿題をするようになりました。

ちょっとひとこと

「地域の子どもたちの成長とわが子の育ちを見つめる」

この時期だからこそ、子どもと一緒に遊ぼう! 今ならどこでもついてきてくれるし、休みの日が待ち遠しくなる。毎日の目配りは無理かもしれないけれど、子育てにかかわり、親の背中を見せておきたい。母親だけに任さず、「父親(おやじ)」は時に厳しく、時に優しく、すべての子どもたちの健やかな成長を見守ろう。

小学校3・4年生

自ら机に向かう姿勢を育てる。

小学校3・4年生
こんな時期です



学習時間のめやす

45～60分

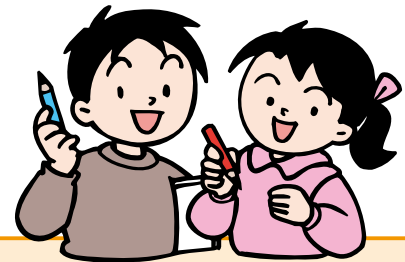
「育ち」や「学び」の特徴

- 自立心が芽生え、自分でやろうとすることが多くなりますが、まだ手助けは必要です。
- 好奇心が旺盛で、行動範囲も広がります。
- みんなと行動することを好むとともに、口答えや反抗が少しずつ見られるようになります。
- 家族の温かい助言や励ましの言葉が、やる気を起こさせます。

学習内容の特色(学校で)

- 「総合的な学習の時間」や「社会科」「理科」の学習が始まり、学習範囲も大きく広がります。
- 資料集や地図帳、辞典などを使い、調べ学習をすることが多くなります。
- 新しい漢字を、たくさん習います。(3・4年生とも200字ずつ)
- 算数では、分数や小数など、少しずつ抽象的な内容を学び始めます。
- 四則計算(+・-・×・÷)の基礎・基本を徹底して学びます。

家庭学習の つぼ! 3か条



その

1

宿題以外の学習にも挑戦! ~すすんで学ぶ好奇心を~

宿題以外の自主的な学習に積極的に取り組ませ、家庭学習のレベルアップを図っていくとよいでしょう。

そのためにも、身のまわりの自然や社会の出来事にも目が向くように働きかけましょう。

家事を分担し、進んで行うことも、りっぱな学習です。

その

2

テレビやゲームは、時間を決めて! ~家族の協力を~

テレビやゲームを夢中になって、時間がだらだらと長くなる場合があります。

けじめをつけさせることが、自律心や学習への集中力を育てることにあります。根負けせずに、アドバイスし続けましょう。また、親のテレビを見る姿勢も大切です。

その

3

ほかの子どもと比べない! ~「がんばり」を本気でほめる~

学習に少しずつ個人差が出てくる頃です。友だちや兄弟・姉妹で成長を比べることは避けて、「がんばり」を見逃さずに、本気でほめましょう。

ワンポイントアドバイス

小学校
3・4年生
家庭学習
こんな内容・方法で

～家庭学習を始める前に～

- 学習前に、勉強する場所の整理整頓を。
- 学校からのプリント類を親に渡す習慣を。
- 今日の宿題を自分で確かめさせる。



宿題

子どもの力に合った内容や量になっているか、必要なときは、先生とも相談してみましょう。



日記

様子がよく分かるように、会話を入れて詳しく書くようアドバイスしましょう。読み直す習慣もつけさせましょう。

国語

音読

- 毎日1回は声に出して読みましょう。会話文は、気持ちを込めて読みましょう。

漢字

- 学校の漢字ドリルなどを活用して、繰り返し丁寧に練習しましょう。
- 正しい筆順で「はね、はらい、とめ」に気をつけて書きましょう。
- 国語辞典や漢字辞典の使い方に慣れるよう手元におき、常に使用しましょう。

読書

- いろいろな種類の本を選んで読みましょう。
- 家庭で「読書タイム」をつくり、家族全員で本に親しみましょう。

算数

計算

- 計算手順が正しく身につくよう、毎日少しずつ計算をしましょう。
- 筆算は位をそろえて書き、手順を確かめながら計算しましょう。
- 手順が長い計算も、集中して順番に計算していきましょう。



音楽

- 機会を見て、リコーダー(縦笛)の練習をしましょう。

長い休みにはこんなことを!

たっぷり時間をかけてふだんはできないことをやってみよう。

たとえば

- 地域の行事や子ども会の活動などの学びの場に参加して、気づいたことや感じたことをまとめる。
- 自分の街の自慢(自然、公園、施設など)を絵に描いたり、身の回りの材料で工作したりする。
- 少し長めの本を読み通したり、植物や動物の成長を詳しく記録したりする。など

我が家のばあい

- 家族の一員として何か家事に参加させること。わが家ではトイレ掃除を一週間交代で二人の子に分担しました。
- よその子と比べてイライラするよりも、昨日のわが子と比べてほめましょう。

ちよつとひとこと

小学校で習う漢字は高校入試にまで出てくるといわれます。小学生のうち身に付けておきたいことは、まず「漢字って嫌だなあ・面倒だなあ」という気持ちを乗り越えさせることです。

そのためには、毎日少しずつでも漢字練習をして、慣れさせることが大切です。

もし、担任の先生が学校で毎時間5分でも漢字練習の時間をとってくれたら、それは幸せなことですね。

次に、継続的に練習することです。

一度や二度がんばったからといって漢字ができるようにはなりません。毎日毎日こつこつと努力を繰り返すことで力となるのです。あせらず取り組みましょう。

小学校5・6年生

自ら予定を立て、自力で学習を進める。

小学校5・6年生
こんな時期です



学習時間のめやす

75～90分

「育ち」や「学び」の特徴

- 一人前に接してもらっているか、大切にされているかなど、大人の評価が気になります。
- 自分を客観的に見つめたり、友だちと自分を比べたりするようになります。
- 考える力も大人並になり、時には大人への反抗も見られます。
- 小学校の学習のまとめをして、中学校につなげる大切な学年です。
- 得意な教科と苦手な教科を意識し始めます。
- 先生や家族のアドバイスにより、学習に対する意欲や興味・関心が大きく左右されます。

学習内容の特色(学校で)

- 「家庭科」の学習が始まり、衣食住の基礎・基本を学びます。
- 学習内容が多くなる上に、社会や世界に目を向けた学習もします。
- 筋道立てて考える論理的な内容の学習や抽象的な内容の学習が増えてきます。
- 自分で課題を見つけ、解決していく学習(問題解決的な学習)が多くなります。
- 自ら学ぶことの面白さや楽しさを経験させ「学び方」や「ものの考え方」を育てます

家庭学習の つぼ! 3か条



その

1

予定を立て、計画的な学習を! ~勉強時間を決めて~

放課後も慌ただしく過ごす子どもが多く見受けられます。その日の予定を立て、見通しをもって学習させましょう。必ず学習する時間帯の設定をさせましょう。

最初は、予定通りできないこともありますが、長い目で見守りましょう。

その

2

今一度、基本的な生活習慣の見直しを! ~生活にリズムを~

生活リズムの乱れは、勉強ぎらいにつながります。「早寝早起き、夜更かしをしない」「朝食をとる」「朝に排便を済ませる」「テレビやゲームの時間を決める」など、中学校生活に向けて、今一度生活習慣の見直しをさせましょう。

家事の分担も積極的に進めましょう。

その

3

目標に向かって努力することの大切さを!

子どもの将来の夢や希望、勉強する目的や勉強方法、学校の学習の様子や親の失敗談などを話題にして、目標をもって努力することの大切さを伝えましょう。どれだけがんばったのかが大切です。

子どもに「伝記(偉人伝)」を読ませてみるのもよいでしょう。



ワンポイントアドバイス

小学校
5・6年生

家庭学習
こんな内容・方法で

～家庭学習を始める前に～

- 学習前に、勉強する場所の整理整頓を。
- 学校からのプリント類を親に渡す習慣を。
- 宿題を自分で確かめ、やる順番を決めさせる。



宿題

学校での学習をふり返りながら、教科書やノートを参考にして、苦手な内容もねばり強く取り組むようにアドバイスしましょう。



日記

書くことに慣れるとともに、自分の気持ちや考えを整理することの大切さに気づくように働きかけましょう。

国語

音読

- 間を取りながら読むなど、自分のめあてを決めて練習しましょう。
- 詩や俳句、短歌などを暗唱したり、朗読したりしましょう。
- 他の教科の教科書を音読すると、重要な用語や内容を理解できるようになります。

漢字

- 漢字の構成や字形を意識して練習しましょう。
- 習った漢字を使って、熟語や短文を作りましょう。
- 国語辞典や漢字辞典の使い方に慣れるよう手元におき、常に使用しましょう。

読書

- 家族で感想を語り合い、共に心を通わすことのできる世界を作りましょう。

算数

計算

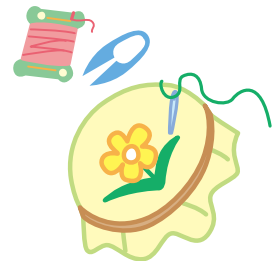
- よく間違える計算は、繰り返し練習しましょう。
- 答の確かめを、自分でできるようになります。

音楽

- 機会を見て、リコーダー（縦笛）の練習をしましょう。
- 家族で、音楽会にもチャレンジしましょう。

家庭科

- 家庭科で学習したことを、家庭生活の中で実践しましょう。
- 学んだことを生かし、家事の分担を考えましょう。



長い休みにはこんなことを!

たとえば

- 博物館や美術館に出かけ、沖縄の自然や歴史・文化に触れたり、絵画などを鑑賞する。
- 買い物から調理まで家族でクッキングにトライする。
- 自分の街の自慢（自然、公園、施設など）を絵に描いたり、身の回りの材料で工作したりする。

我が家のばあい

- 当たり前のことができない子どもに驚きます。我が家では「落ちたら拾う」「汚れたら洗う」「困っている人がいたら見て見ぬ振りせず助けてあげる」ことが何よりも大切だと考えております。

ちょっとひとこと

算数・数学の学習で大切なことの一つにノートをきれいにとることがあげられます。きれいにとることで、つまらない計算ミスがなくなり、頭の中も整理されます。テストでいえば10点はアップすることでしょう。ただきれいに書くではありません。「日付、ページ、番号を書く」「定規を使う」「間違いは×をつけて書き直す」など、正しい方法で努力すれば必ず伸びます。きれいに書けた時は、めいっぱい本気で褒めてください。何事も「励まし」の継続が重要です。

「^ああたり^{まえ}前のことが^ああたり^{まえ}前にできる」

いわゆる「^{ほん}凡^じ事^{てっ}徹^{てい}底」を

あなたの^{いえ}家で、^{がっこう}学校で、^{ちいき}地域で
いろいろなところで、やってみよう。

- ・あいさつをする
- ・人の^{ひと}話を^{はなし}聞く^き
- ・相手を^{あいて}思いやる^{おも}
- ・いじめをしない
- ・時間^{じかん}を守る^{まも}
- ・靴^{くつ}を並^{なら}べる
- ・清掃^{せいそう}をする など

県教育長からのメッセージ

「教育」とは、社会に出ていく子どもたちの「生きる力」をはぐくむことであり、そのためには、「知育、徳育、体育」のバランスのとれた教育を行う必要があります。

生活リズムの確立や規範意識・マナーの育成など基本的な生活習慣の確立が「確かな学力」「豊かな人間性」「健康・体力」の土台であります。

みんなで、「あたり前のことがあたり前にできる」いわゆる『^{ほんじてっ}凡事徹底』を教育のあらゆる場で推進していきましょう。

具体的な行動

たとえば、あなたのあたり前のこと
(児童・生徒)

- ・自分から元気にあいさつする
- ・親や先生の話をしっかり聞く
- ・きまりや約束を守る
- ・家の手伝いをする

たとえば、保護者のあたり前のこと

- ・良いことはほめ、悪いことは叱る
- ・我が家のきまりを作り、実行する
- ・子どもの話に耳と心を傾ける
- ・朝ごはんを、生活リズムを整える

たとえば、教師のあたり前のこと

- ・児童・生徒へ声かけをする
- ・愛情をもって、ほめる・叱る
- ・情熱、使命感を忘れない
- ・常に教師が率先垂範する

たとえば、地域のあたり前のこと

- ・大人が率先してあいさつする
- ・家のまわりを掃除する
- ・地域の行事に積極的に参加する
- ・子どもにより手本を示す