

「自学自習力」を育成するために

○ 学力を定着させるために、家庭の学習環境を整えましょう

基礎学力を定着させ、「学ぶ力」を育てるためには学校での授業だけでなく、家庭での学習習慣が大きな役割を果たします。学校で子どもたちの主体的な学びを育て、学び方を身につけさせると同時に、家庭では子どもたちの基本的な生活習慣を確立し、決まった場所で一定の時間、学習に集中して取り組むことが重要です。

○ 家庭での学習環境の定着に向けて、家庭で話し合しましょう

「自ら学ぶ子」を育てるために、子どもたちが一番安心して生活できる家庭で、安定した生活リズムの中、毎日継続して学習に取り組むことはとても重要なことです。

この「自学自習」の取り組みをご家庭でも定着させ、家庭学習のよりよい育成のために、各学年における努力目標を下記のように設定しました。

【1・2年生の目標】

保護者等の協力を得ながら、家庭で宿題をすることができる

【3・4年生の目標】

自分で宿題をすることができる

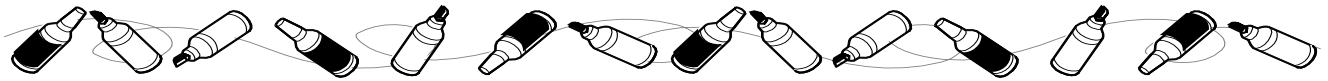
【5・6年生の目標】

自分で宿題をきちんとすることができ、さらに自分の課題を自分で見つけ、一人で学ぶことができる力をつける



子どもたちの自学自習力を高めるには、その習慣化が大切であり、学校だけで解決していくことには限界があると言わざるを得ません。

そこで、家庭での学習習慣の定着をめざして家庭生活、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考える参考資料として「家庭学習の手引き」を作成・配付させていただきます。家での約束を家族で話し合いながら活用していただければと思います。



【子どもたちの家庭での生活を見直してみましよう】

1 規則正しい生活リズムの定着を

脳を含めて人間の体は24時間のリズムで活動しています。「寝る」「起きる」時刻をはじめとし、規則正しい生活リズムを確立することが健康な体を作り、学習への意欲と集中力を高めます。毎日同じ時刻に寝て同じ時刻に起きることや、テレビを見る時間やゲームをする時間を決めることも大切です。

ご家庭での基本的な生活習慣を大切に、規則正しい生活リズムの定着が、家庭学習の基本になると考えています。毎日の生活習慣を見直し、勉強をする場所や時間、テレビやゲームをする時間などを決めましょう。



2 十分な睡眠時間を

子どもには、少なくとも8時間以上の睡眠時間が必要だと言われています。睡眠不足では思考力も十分働かず、授業に集中することにも無理が生じてきます。また、朝起きてから脳が活発に働き出すまでには2時間ほどかかると言われています。

子どもが十分な睡眠がとれるよう、寝る時刻や起きる時刻を各家庭で決めていただき、「早寝・早起き」ができる習慣を身につけられるようご協力をお願いいたします。



3 きちんと朝食をとる習慣を

本校でも、朝食をとらずに登校する児童がいます。朝食が学習や生活に及ぼす影響に関しては様々な科学的な研究がなされており、朝食をきちんをとる子どもほど

- 学習意欲が高い
- 学習習慣が身についている
- やる気が出やすい



- 体の調子がよい
- 作文、算数、記憶テストで好成績をとる

という傾向が見られるといわれています。

たかが朝食と思われるかもしれませんが、どれだけ朝食をとることが大切かご理解いただけるのではないのでしょうか。育ち盛りの子どもが健康に・健やかに成長できるよう、また学習にしっかり取り組めるようにするためにも、毎朝必ず朝食を食べて登校できるようご協力ください。



4 親子で読書する時間を

全国的に本離れが進んでいるといわれて久しいですが、本校でも自宅で全く読書をしない児童がいます。

読書の効果については、「漢字や様々な語彙が身につく」、「創造力を豊かにする」、「表現力を高める」「落ち着いて物事を考えられる」等があげられており、継続して読書することの大切さについても叫ばれています。

そこで本校では、読書の習慣化をめざして、曜日を決めて朝学習の時間に、読書に取り組んでいます。さらに保護者の方々によるボランティア（おはなしばたけ）を活用して、読書への興味・関心を高めています。教師も子どもも一心に読書することで、読書に親しみ、読書のよさを知り、読書を楽しむ力を養いたいと考えています。ただ、持続させていくためには学校だけでは不十分な部分もあります。そこで、ご家庭でもできるだけ時間をつくっていただき、保護者の方と子どもが共に読書（低学年の場合は読み聞かせ）することをお願いしたいと思います。毎日、5分でも10分でも結構です。ご協力の程よろしくお願いいたします。

5 宿題を自分から進んでする習慣を

「自分で宿題をきちんとすることができ、さらに自分の課題を自分で見つけ、一人で学ぶことができる力」を身につけるためには、保護者の皆様のお声かけや励まし等が重要であり、家庭での保護者の皆様がいかに子どもに関わっていけるかが大きなポイントになってきます。

お忙しい生活の中で時間を捻出するのは大変だと思いますが、子どもたちの家庭での学習をしっかり見守っていただくことがやる気を育てます。

具体的には、各学年ごとの「〇年生の保護者の皆様へ」をご覧ください。

各ご家庭のご協力をよろしくお願いいたします。

