

# 令和2年度 奥浦っ子の学びの習慣化のために(高学年&保護者用)

五島市立奥浦小学校

本校では、子どもたちの学力向上のため、「学習に集中できる子ども」「家庭学習ができる子ども」を育てようとしています。そのためには、規則正しい生活を心掛く、子どもの心と頭と体の健康に気をつけることが大切です。

## ～学びの習慣化へ向けた4つの提言～

### 提言1 家で勉強・読書しよう！



#### 家庭学習時間の目安(平均)

1年生	…	30分以上
2年生	…	40分以上
3・4年生	…	1時間以上
5・6年生	…	1時間半以上



◇ 学校から音読、漢字、計算などの宿題を出しますが、目安の時間より早く終わってしまう場合は、予習や復習などに取り組みましょう。

### 提言2 朝食をしっかりとろう！

◇ 朝食は楽しく充実した学校生活を送るための活力源になります。



### 提言3 決められた時刻に寝る習慣をつけよう！

#### 就寝時刻のめやす(望ましい睡眠時間)

1・2年生	…	9時 までに(9時間半～10時間)
3・4年生	…	9時半までに(9時間～9時間半)
5・6年生	…	10時 までに(8時間半～9時間)



◇ 睡眠時間をきちんととると成長を促し、快適な生活リズムを作ります。

### 提言4 テレビやゲーム、パソコンはルールを決めよう！



- ◇ テレビやゲームは少なくすることが睡眠時間や家庭学習の時間を確保することにつながります。
- ◇ テレビやゲームの時間は、学校がある日は1時間以内、休みの日は2時間以内が望ましいです。

## ～家庭学習(宿題+自主学習)の参考例～

- 〈国語科〉
    - ・漢字練習 ・視写 ・日記 ・音読(暗唱) ・読書 ・作詩作文
  - 〈算数科〉
    - ・計算練習 ・百マス計算 ・問題作り ・九九の暗唱 ・文章問題
  - 〈理科・社会科・その他〉
    - ・天体・動植物の観察・飼育の記録をする。
    - ・新聞を読んで感じたことや考えたことを書く。
    - ・歴史上の人物について、調べてまとめる。
    - ・勉強したところに関係があることから、本やホームページなどで調べてまとめる。
    - ・教科書を読んだり、分かったことをまとめたりして、予習・復習をする。
    - ・楽器の練習をする。
    - ・市販のドリルや問題集に取り組んでみるのもいいでしょう。
- ドリルや問題集への取組でも、自主学習ノートを活用していきましょう。(問題をノートに解く・やり直す・ポイントをまとめる など)

## ～生活の中で学力をつけよう～

- ア いろいろな分野(物語、科学の読み物など)の読書を楽しもう。
- イ 国語辞典・漢和辞典その他の辞典や図鑑類を身近において調べよう。
- ウ 日本地図・世界地図を身近において調べよう。
- エ ニュース番組を見たり、新聞を読んだりしよう。
- オ 買い物を通して、数の感覚を養おう。
- カ 詩の暗唱をしよう。
- キ 将棋や囲碁など、頭を使うゲームをしよう。
- ク 自然や生き物とふれあい、詳しく観察しよう。
- ケ 家の仕事や手伝いをしよう。
- コ 体を動かして遊ぼう。

# 令和2年度 奥浦っ子の学びの習慣化のために(中学年用)

五島市立奥浦小学校

## ～学びの習慣を身につけよう～

### ポイント1

### 家で勉強・読書をしよう!



#### 家庭学習時間の目安

- 1年生… 30分以上
- 2年生… 40分以上
- 3・4年生… 1時間以上
- 5・6年生… 1時間半以上



◇ 学校から音読、漢字、計算などの宿題を出しますが、目安の時間より早く終わってしまう場合は、予習や復習などに組み込みましょう。

### ポイント2 朝ごはんをしっかりと食べよう!



◇ 朝ごはんは、楽しく充実した学校生活を送るための源です。

### ポイント3 決められた時刻に寝る習慣をつけよう!

#### 寝る時刻の目安 (望ましい睡眠時間)

- 1・2年生… 9時 までに (9時間半～10時間)
- 3・4年生… 9時半までに (9時間 ～ 9時間半)
- 5・6年生… 10時 までに (8時間半～ 9時間)



◇ 睡眠時間をきちんととると成長するし、生活リズムが作れます。

### ポイント4 テレビ・ゲーム・パソコンは、ルールを決めよう!



◇ テレビやゲームの時間は、学校がある日は1時間くらい、休みの日は2時間以内にしましょう。

## ～家庭学習(宿題+自主学習)の参考例～

- 〈国語科〉
    - 漢字練習 ・視写 ・日記 ・音読(暗唱) ・読書 ・作詩作文
  - 〈算数科〉
    - 計算練習 ・百マス計算 ・問題作り ・九九の暗唱 ・文章問題
  - 〈理科・社会科・その他〉
    - 天体・動植物の観察・飼育の記録をする。
    - 新聞を読んで感じたことや考えたことを書く。
    - 歴史上の人物について、調べてまとめる。
    - 勉強したところに関係があることを、本やホームページなどで調べてまとめる。
    - 教科書を読んだり、分かったことをまとめたりして、予習・復習をする。
    - 楽器の練習をする。
    - お家の人に買ってもらったドリルや問題集に取り組んでみるのもいいでしょう。
- ドリルや問題集の取組でも、自主学習ノートをうまく活用していきましょう。(問題をノートに解く・やり直す・ポイントをまとめる など)

## ～生活の中で学力をつけよう～

- ア いろいろな分野(物語、科学の読み物など)の読書を楽しもう。
- イ 国語辞典・漢和辞典その他の辞典や図かんなどを身近において調べよう。
- ウ 日本地図・世界地図を身近において調べよう。
- エ ニュース番組を見たり、小学生新聞を読んだりしよう。
- オ 買い物を通して、数の感覚を養おう。
- カ 詩の暗唱(あんしょう)をしよう。
- キ 「しょうぎ」や「いご」など、頭を使うゲームをしよう。
- ク 自然や生き物とふれあい、くわしく観察しよう。
- ケ 家の仕事や手伝いをしよう。
- コ 友だちと体を動かして遊ぼう。

# 令和2年度 奥浦っ子の学びの習慣化のために(低学年用)

五島市立奥浦小学校

～学力を伸ばすためには、つぎのことが大切です！

## 1 家で べんきょう・どくしょをしよう！



時間(じかん)	
1年生…	30分以上
2年生…	40分以上
3・4年生…	1時間以上
5・6年生…	1時間半以上



## 2 朝ごはんを たべよう！

◇ 朝ごはんをたべると、体が目ざめ、よく考えることができます。



## 3 早く ねて、早く おきよう！

ねる時刻の 目安(望ましい睡眠時間)

- 1・2年生… 9時 までに(9時間半 以上)
- 3・4年生… 9時半までに(9時間 以上)
- 5・6年生… 10時 までに(8時間半 以上)



## 4 テレビやゲーム、パソコンは、ルールを きめよう！

◇ テレビやゲームは、学校がある日は1時間まで、  
休みの日は2時間までにしましょう。



## ～家庭学習(宿題+自主学習)の例～

〈国語では・・・〉

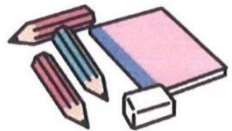
- ・かん字の れんしゅう
- ・おんどく(あんしょう)
- ・さく文や さくし など

〈算数では・・・〉

- ・けいさん れんしゅう
- ・もんだいづくり
- ・ながさや かさしらべ など

〈その他に・・・〉

- ・生きものの かんさつ
- ・がっきや うたの れんしゅう



など

◎ほかにも いろいろ かんがえられそうですね◎

## 学年において身につけたい力(国語・算数)

〈 1年生 〉	〈 3年生 〉	〈 5年生 〉
<ul style="list-style-type: none"> <li>① 80 字の配当漢字のすべてを読み、書くことができる。</li> <li>② ひらがな・かたかなの清音を読み、書くことができる。</li> <li>③ 助詞（を・は）を文の中で正しく使うことができる。</li> <li>④ 鉛筆を正しく持って字を書くことができる。</li> <li>⑤ たし算・ひき算ができる。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・10のまとまり</li> <li>・くりあがりの計算</li> <li>・くりさがりの計算</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 200 字の配当漢字のすべてを読み、書くことができる。</li> <li>② 国語辞典を使うことができる。</li> <li>③ 簡単なことわざを知っている。</li> <li>④ ローマ字を読むことができる。</li> <li>⑤ かけ算の筆算ができる。</li> <li>⑥ わり算ができる。</li> <li>⑦ コンパスを正しく使うことができる。</li> <li>⑧ 重さ、長さなどを正しく測り、単位が使える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 193 字の配当漢字のすべてを読み、書くことができる。</li> <li>② 今まで習った漢字の8割を書くことができる。</li> <li>③ 字数を決めて自分の考えを書くことができる。</li> <li>④ 小数のかけ算・わり算ができる。</li> <li>⑤ 異分母が同じ分数のたし算・ひき算ができる。</li> <li>⑥ 倍数や約数について理解を深めている。</li> <li>⑦ 割合・百分率を使った問題を解くことができる。</li> </ul>
〈 2年生 〉	〈 4年生 〉	〈 6年生 〉
<ul style="list-style-type: none"> <li>① 160 字の配当漢字のすべてを読み、書くことができる。</li> <li>② 主語と述語の使い方を理解できる。</li> <li>③ 句読点の打ち方や、かぎかっこ（「」）の使い方を理解できる。</li> <li>④ 九九をすらすら言うことができる。</li> <li>⑤ たし算・ひき算の筆算ができる。</li> <li>⑥ ものさしで線を引いたり、長さを測ったりできる。</li> <li>⑦ かさを正しく測り、単位を正しく使うことができる。</li> <li>⑧ アナログの時計を読むことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 202 字の配当漢字のすべてを読み、書くことができる。</li> <li>② 文と文のつながりを考えながら、指示語や接続語を適切に使うことができる。</li> <li>③ 漢和辞典を正しく使うことができる。</li> <li>④ ローマ字の読み書きができる。</li> <li>⑤ わり算の筆算ができる。</li> <li>⑥ 小数のたし算・ひき算ができる。</li> <li>⑦ 分母が同じ分数のたし算・ひき算ができる。</li> <li>⑧ 分度器を正しく使うことができる。</li> <li>⑨ 概数を理解できる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 小学校で習得すべき漢字 1026 字を読み、書くことができる。</li> <li>② 小学校で習う漢字を使った熟語の8割を正しく書くことができる。</li> <li>③ 古文・名文にふれ、暗唱することができる。</li> <li>④ 分数のたし・ひき・かけ・わり算ができる。</li> <li>⑤ 比や比例の考えを活用して、問題を解決することができる。</li> <li>⑥ 速さ・時間・道のりを求めることができる。</li> <li>⑦ 面積や体積について理解し、計算で求めることができる。</li> <li>⑧ 文字を使った式の意味を理解し、解くことができる。</li> </ul>