

(ア) 家庭学習の意義

中学生の家庭学習では、将来の目標に向かって、自主的に勉強できるようになることが大切です。そのために、次のことを心がけましょう。

- 1 将来の目標を明確にもちましょう。
- 2 家庭学習の内容を具体的に決めましょう。
- 3 毎日、決めた時間に学習に取り組みましょう。
- 4 自分の考えを言葉や図を用いてたくさん書きましょう。
- 5 分かりやすいノート整理を心がけましょう。
- 6 学習習慣づくりをしましょう。
- 7 宿題だけでなく、「自学」に取り組むようにしましょう。

家庭学習に取り組むことによって、次のような効果が期待できます。

① 学習内容の定着

学校で学習したことを復習することにより、理解を深めるとともに、学習内容の定着を図ります。また、翌日の授業で学習する内容を予習することで、授業がより分かりやすくなります。

特に新しく学習した内容や漢字、英単語などは、毎日少しずつでも継続して学習することで身に付いていきます。学校で「できた」、「分かった」ことを、家庭学習で『使う』ことによって知識を活用する力がつきます。

② 学習の習慣化

毎日、一定時間、決まった場所で家庭学習を続けることにより、やがて当たり前の習慣になります。家庭で学習する習慣がつけば、粘り強く課題に取り組み、自分から学ぼうとする意欲を生み出すことにつながります。

③ 忍耐力・根気・集中力の強化

家庭学習を習慣化できない原因は、家の中に多くあります。大切なことは自分を「律する」ことです。家の中の様々な誘惑に打ち勝ち、忍耐力・根気・集中力を養いましょう。テレビやゲームの時間を決めて、学習や読書の時間をしっかりと確保しましょう。そのためには、テレビを消す、みんなで読書をするなど、家族に協力してもらうことも必要です。

④ 目標設定への意欲

自分の設定した目標を達成することは、次の目標に向かう意欲を高めます。将来の夢や目標、そのための見通しをもって、努力を継続しましょう。そして、大きな目標の達成に向けて、小さな目標を達成して充実感を味わうとともに、目標に向かって自分の成長を実感しましょう。

⑤ 自学自習の資質能力の伸長

上記の①～④の力を高めることで、自分で計画し、学ぶサイクルができてきます。家庭学習を、自己を伸ばす機会ととらえて進めていきましょう。

(イ) 家庭学習によい習慣

今の自分の家庭学習の様子や生活習慣について、チェックしてみましょう。

- ① 家庭学習に取り組む時間を決めている。
- ② スコラを活用して毎日の家庭学習の計画を立てている。
- ③ 学習する場所が整理整頓されている。
- ④ テレビや音楽を消し、携帯電話やタブレット等を使わない状況で学習している。
- ⑤ テレビやゲーム、携帯電話やタブレット等を使う時間を決めている。
- ⑥ 時間にゆとりがあるときは、読書をしたり、家族と会話したりしている。
- ⑦ 学習が終わったら、机の上をしっかりと片付けている。
- ⑧ 睡眠時間を7時間程度はとっている。
- ⑨ 毎日、夜11時までには就寝し、朝は、同じくらいの時刻に起きている。
- ⑩ 毎日、朝ご飯をきちんと食べてから登校している。
- ⑪ 毎日、家族で学校のことを話題にした会話がある。

学力アップは規則正しい生活から

「早寝、早起き、朝ご飯」は、生活リズムの原則です。生活リズムを整えることが学力向上につながります。また、上のチェックが付けられなかった項目を改善し、学校でも家庭でも、前向きに学習に取り組めるように、規則正しい生活を心がけましょう。

睡眠時間のめやす	小学生	8～10時間
	中学生	7～8時間
就寝時刻のめやす	小学生	午後8～10時
	中学生	午後9～11時

(ウ) 家庭学習の手順

- ① まず、各教科から出された宿題をしましょう。
「スコラ」(生活手帳)をよく見て、宿題を確認しましょう。
- ② 次に、復習をしましょう。
その日に習ったことを中心に、ノートにまとめ直したり、問題集に取り組んだりしましょう。
- ③ 最後に、予習をしましょう。
教科書に目を通し、次の日に学習する内容をつかんでおきましょう。漢字や英語の単語など、積極的に辞書を使って調べておきましょう。
- ④ 寝る前に明日の準備をしましょう。
「スコラ」(生活手帳)で翌日の時間割を確認し、持ち物の準備をしましょう。
検温をして、健康チェックカードに体温を記入します。

(エ) 学習の心得 六カ条

- ① どの教科も「得意」と思う。…「苦手」と言うたびに、苦手の自己暗示が深くなります。
- ② 「失敗」から学ぶ。…同じ失敗をしなければよいのです。それが成長です。
- ③ 目標をやり遂げる。…大きな目標を達成するための小さな目標を設定して力を伸ばします。
- ④ 新しい知識・技能を使う。…学習したことは使わないと使えません。使わないと忘れます。
- ⑤ 「知りたい」という知的欲求を満たす。…なぜそうなるの？知りたい！から学びが始まります。
- ⑥ 腰骨を立てる。…姿勢を正して学習に取り組むことで集中力が増します。

自分の「学習の心得」を書きましょう

(オ) 読書のすすめ

読書は、心の栄養です。
読書は、人間を豊かにします。
読書は、集中力をつけます。
読書は、学習の力をつけます。



- まず、自分の好きな本を読みましょう。その後、いろいろなジャンルに挑戦しましょう。
- 読み終わったら、心に残った言葉や感想を記録しておきましょう。
- 「朝の読書」の時間を有効に活用しましょう。
- よい本・感動した本は、家の人や友だちに紹介しましょう。

心に残った本を書いていきましょう。

本の名前	紹介文

(カ) “自学” のすすめ

市立長野中学校では、“自ら” 考え、“自ら” 学ぶことを大切にしています。学校から出される宿題だけでなく、自分自身で工夫して学習を積み重ねていくことが、自分を大きく成長させてくれると思います。

もちろん5教科の学習だけではありません。興味のあることや学校での活動をきっかけに、自分で行動することもよいでしょう。自分自身で考えて行動したり、学習したりすることから、自分のやりたいことが見つかり、更に世界が広がっていきます。

<自学はこうしてする！>

① “自学” 用のノートを作る！

学校の授業用、宿題用ノートとは別に、自学ノートを作りましょう。5教科別にノートを分けても構いませんし、5教科共通のノートとして使用しても良いでしょう。

② “自学” は決して無理をしない！

自ら進んで学習するのが“自学”です。「毎日やらなければ・・・」など自分を追い込んでしまうと続けるのが苦しくなってしまいます。決して無理をせず、まずは自分にできることから始めましょう。

③ “自学” は、何を学習するかも自分で考える！

“自学”は5教科に限ったことではありません。これまでも自ら善光寺に出向いたり、農業体験に行ってみたり、地域での講座や活動に参加したりした人もいました。学校であった書道や美術の授業のまとめをした人もいます。“自学”は限りがありません。自分で考えたものなら、全てが自学です。

④ “自学” の軌跡を追ってみる！

自分がやった自学を、是非ページ数などでカウントしてみてください。目標を設定するのも良いでしょう。『まずは100ページ!』などと自分に目標を掲げると、やる気が高まります。

⑤ “自学” は、変化・成長・深化していく！

“自学”は、自分で考える学習です。進めていけば進めていくほど、新たな課題が見つかったり、発見があったりします。やっていく中で新たに見つかったひっかかりをたどっていくと、今まで自分では考えもしなかったところに学びの方向が進んでいくかもしれません。

⑥ これからの時代に求められている力は“自学”の力です！

今中学校に入学している皆さんが就職する頃には、約半数の人は現在存在しない職業に就くと言われていています。また、最近ではA I（人工知能）の発達により、A Iに取って代わられる職業も多いとも言われています。そんな中、これからも残り続けると言われている職業は、“人間自らが考える職業”、“人との繋がりや接触がある職業”などだそうです。そう、“自分の力で考えて行動する”学びはこれからの社会を生き抜く、まさにその力に繋がるのです。

(キ) 教科の学習について

<国語科>

◇ 学習の意義

私たちの生活の中で、相手とコミュニケーションをとるために、日本語で聞く、話す、読む、書くといった活動はなくてはならないものです。それらの活動で自分の考えを自由自在に表現できたり、相手とのコミュニケーションをうまく図れたりすれば、きっと毎日の生活が楽しくなります。そのために、美しい日本語を、上手に使う力を磨いていきましょう。

そして、基礎学力を定着させ、確かな学力を身につけていきましょう。

◇ 授業を受ける基本

- ① 予習……2分前学習で出題される漢字を中心に、漢字が身につくまで練習し、実際に生活の中で使って覚えていきましょう。
- ② 復習……授業ノートやプリントをしっかりと見直しましょう。ワークなどの問題を解き、問題の答え方に慣れていきましょう。



◇ 家庭学習のしかた

- ① 漢字の意味を考えながら書いて覚えましょう。
- ② 教科書を音読しましょう。特に、古典の文章は暗記するぐらい何回も読みましょう。
- ③ わからない語句は、辞書を使って調べましょう。
- ④ 文章を書く際は、新しく習った漢字を積極的に使う習慣をつけましょう。
- ⑤ 世の中の動きに関心を持ち、新聞を読んだり、ニュースを視聴したりして、自分の考えをもちましょう。
- ⑥ 毎日、読書をししましょう。活字を読んで、素敵な文章にたくさん触れましょう。
- ⑦ 物語を読むときは、登場人物の心情の変化に着目して、登場人物の発言や行為の描写が、心情の変化にどのような効果を与えているかを考えながら読みましょう。
- ⑧ 説明文を読むときは、筆者の主張は何かを読み取り、その主張が正しいことを証明する理由がどの調査や資料に示されているのかを分析して読みましょう。

◇ 評価の観点とアドバイス

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
言葉の特徴や使い方、情報の扱い方、日本語の文化など、社会生活に必要な国語の知識や技能を身につけ、日本語の文化に親しんだり理解したりすることができるようにしましょう。	筋道を立てて論理的に考える力や、共感したり豊かに想像したりする力をつけていきましょう。また、社会生活での人との関わりの中で伝え合う力を高め、自分の思いや考えを広げたり深めたりしていきましょう。	言葉がもつ価値について考えるとともに、読書を通して自己を向上させましょう。また、日本語の文化に積極的に関わり、自分の思いや考えを伝え合うことを大切にしましょう。

※学習に向かう姿勢や成果物（レポート、記録、プレゼンなど）、定期テストの結果を総合的に評価します。

<社会科>

◇ 学習の意義

長野市でも長野駅周辺や善光寺などを歩けば、いろいろな国の人と出会います。テレビをつけると、世界の様子が映し出されています。今の社会は、国際化・情報化が進み、見知らぬ人とも交流する機会が増えています。そのために、互いの国の歴史や文化、習慣を知り、互いに理解し合う必要があります。また、今の社会がどのようにしてつくられてきたのか、なぜそのような制度になったのかを考えることも大切です。将来、社会人として生活するためには、政治や経済のしくみを知っておくことも必要です。今の世界では、近年の急速な情報化に伴う IoT(物のインターネット)などの技術革新や、産業構造の変化が起こっている一方で、戦争や難民、貧困などの問題も起こっています。私たちが暮らす日本でも、人口減少少子高齢化などの問題が起きています。このような答えのない問題に対して、どのように取り組んでいくのか、社会科の学習を通して、日本や世界のよりよい未来を考えながら、変化に立ち向かっていく力を養っていきましょう。

◇ 授業を受ける基本

- ① 授業に必要なものを準備し、忘れ物をしないようにしましょう。
教科書・地図帳・資料集・ノート (A4判)・白地図・色鉛筆
- ② 教科書や資料集を読みましょう。
- ③ 自分の考えを整理し、定着させるためにノートをとりましょう。学習したことをまとめ、資料やプリントを貼っておくようにしましょう。また、疑問に思ったことや参考になると思ったことは、ノートにメモしましょう。
- ④ 先生の話や友だちの意見を真剣に聞き、分からないことは自分から質問したり、何でも自分から進んで考えたりしていきましょう。そして、自分の考えを積極的に発表しましょう。



◇ 家庭学習のしかた(例)

- ① 学習したところは、ワークの問題を自主的に解いていきましょう。また、ワークに出てくる言葉で、分からないものや間違えたものをチェックし、覚えるまで何度も自学ノートを使って勉強していきましょう。
- ② 地図帳で、教科書に出てくる地名とその位置を確認してみましょう。
- ③ 新聞やテレビのニュースを見るように心がけましょう。

◇ 評価の観点とアドバイス

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
・日本の国土と歴史、現代の政治や経済、国際関係などに関して理解するとともに、調査や年表やグラフなどの資料から様々な情報を効果的に調べ、まとめる技能を身につけられるようにしましょう。	・社会の中から課題を見つけ、その意義や役割、相互の関連を様々な角度から考察する力、課題の解決に向けて選択や判断をする力、その過程や結果を説明したり議論したりする力を身につけましょう。	・社会に対する関心を高め、意欲的に追究し、よりよい社会の実現について考えられるようにしましょう。 ・自国を愛し、日本の平和と繁栄を図ることや他国の文化を尊重することの大切さを考えられるようにしましょう。

※学習に向かう姿勢や成果物(レポート、記録、プレゼンなど)、定期テストの結果を総合的に評価します。

<数学科>

◇ 学習の意義

数学を好きな人に「どうして数学が好きなのか」と聞くと、「計算が好き」、「問題を解けたときにすっきりする」といった答えがよく返ってきます。たしかに、複雑な式を計算して答えにたどり着いたときの達成感や満足感は魅力的です。しかし、数学を学ぶ意義はそれだけではありません。数学は、論理的な思考力＝ルールにしたがって筋道立てて考える力を伸ばすことができます。複雑な式を計算法則にしたがって簡単な形に整理する、図形の性質を使って複雑な形の面積を求めるなど、数学のルールの中で工夫し、問題を解いたときはなんともいえない喜びがあります。また、複雑な問題を粘り強く考える忍耐力、分かりやすく伝える表現力、身の回りの事柄の裏側に隠された数学の美しさに気づく感受性などを伸ばすこともできるでしょう。

実際に、生命保険や製造、流通など現代社会に使われている数学から、パズルやゲーム、暗号のように気楽に楽しむ数学まで、世の中には数学があふれています。その基礎となる知識や考え方をここで学びましょう。

◇ 授業を受ける基本

- ① 学習問題について、答えを予想しましょう。
- ② 今までに習ったことを振り返り、何をどのように使えば問題が解決できそうか、見通しをたてましょう。
- ③ 自分の力で問題を解いてみましょう。
- ④ 自分の考えと友だちの考えを比較し、似ているところや違うところを探しましょう。話し合いでは、相手の考えを尊重しましょう。
- ⑤ 同じような問題を解いてみましょう。また、よりよい方法はないかも考えてみましょう。
- ⑥ 持ち物：教科書・ノート・ファイル・直定規（図形の学習では、三角定規・コンパス・分度器）



◇ 家庭学習のしかた

- ① 学校で学習した内容は、その日のうちに家庭学習プリントなどで復習しておきましょう。
- ② 自学を行い、学習内容を定着させよう。
 - ア 学習した問題を、自学ノートに書いてもう一度解く。
 - イ 解けなかった問題は、教科書や授業の例題の解き方、解説を参考にして解く。
 - ウ 今度は、例題を見ないで自力で解く。
 - エ 前日に解いた問題をもう一度解いてみましょう。
- ③ 計算をするときは、問題及び途中の式や考え方も必ず書いて答えを出しましょう。
- ④ 図形の学習においては、ノートに図形をかいて、計算や証明を進めていくようにしましょう。
- ⑤ 明日の授業で学習する範囲の予習をし、どこが分かってどこが分からないかをはっきりさせて授業に臨むようにしましょう。

◇ 評価の観点とアドバイス

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
・数量や図形についての用語や法則、図形の性質、解決の方法などの知識を身に付けましょう。 ・適切に計算したり、図形の性質にそって数量を求めたり、グラフや表などに表して解決できるようにしましょう。	・学習した内容を用いて筋道立てて考え、数量や図形などの性質を見出し、統合的・発展的に考察しましょう。 ・数学的な表現を用いて、問題の解き方等を分かりやすく表現しましょう。	・身の回りの様々な事柄を数量や図形で表すなど、数学を使って考え、数学的に考えることのよさを実感しましょう。 ・問題解決のために粘り強く考え、その過程を振り返り、考察を深めましょう。

※学習に向かう姿勢や成果物（レポート、記録、プレゼンなど）、定期テストの結果を総合的に評価します。

<理 科>

◇ 学習の意義

「どうして、雨は降るのでしょうか。」 「どうして電球に明かりがともるのでしょうか。」

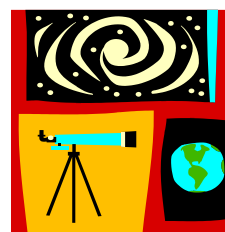
私たちの生活は自然界の中で成り立っています。この自然界で起こっている現象や、その現象をうまく利用しているものの仕組みを学習するのが理科です。

理科の学習では、自然界で起こる物事や現象に「どうして？」と疑問をもつことが大切です。そして、自分のもっている経験や知識を使ったり、予想をもとにした実験をしたりして、「どうして？」を解決していきます。

人類は、科学技術の進歩と共に、豊かさ、便利さを手に入れてきました。しかし、その反面、温室効果ガス排出による地球温暖化や砂漠化、オゾン層破壊など、私たちが住む地球環境に影響を与えています。自然界で生きる一員として、地球の環境を保った中で生きていくことが大切です。そのためにも、理科を学習し、よりよい地球環境を創造できる未来を目指しましょう。

◇ 授業を受ける基本

- ① 教科書、ノート、ファイルを忘れずに持ってきてきましょう。
- ② 自分の予想と考察を詳しくノートやワークシートに書きましょう。
- ③ 分からないことは積極的に質問しましょう。
- ④ 自分の考えを積極的に発言し、友と考えを深めましょう。



◇ 家庭学習のしかた

- ① 予習では、明日の授業で学習する教科書の範囲を読み、新しく出てくる語句について調べておきましょう。また、教科書で観察・実験の部分を確認しておきましょう。
- ② 学習した内容を理解するために、ワークやプリントの問題を繰り返し解きましょう。

◇ 生活の中で

- ① ノーベル賞の発表など、「科学」に関するニュースや情報をキャッチして、家庭や学校で話題にしましょう。
- ② 理科で学習した内容は、生活の中で現象が起こったり、利用されたりしています。理科の学習と生活をつなげてみるようにしましょう。
- ③ 興味をもった自然事象や内容を深く学習し、自分の知識を増やしましょう。
- ④ 科学イベントに参加し、積極的に体験をしましょう。

◇ 評価の観点とアドバイス

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
自然の現象についての基本的な原理や法則を理解して、科学的に探究するために必要な実験や観察に関する基本的な操作や技能を身につけましょう。	自然の現象から問題を見出し、見通しを持って実験や観察を行い、結果を分析し、表現できるようにしましょう。	自然の現象に進んで関わり、見通しを持ったり、振り返ったりするなどして、探究的に学ぶようにしましょう。

<英語科>

◇ 学習の意義

皆さんは「なぜ、日本人なのに英語を学ぶのだろうか?」と思ったことがあるのではないのでしょうか。グローバル化と情報化が急速に進む世界では、情報技術を使うことに加えて、世界中の人々が共通して使う言語が必要です。その役割を担うのが「国際共通語」としての英語です。例えば、日本の企業で英語を社内公用語として採用し、様々な外国の人が働いている会社もあります。世界中の人々とコミュニケーションをとり、一緒によりよく生きるために、英語はなくてはならない言語となっています。もちろん、私たちの母語である日本語は、日本の文化と伝統を受け継いでいく基となるものであり、大切な言語です。しかし、国際共通語としての英語を身につけることは、世界を知り、世界にアクセスするもっとも基本的な能力となるのです。

◇ 授業を受ける基本

- ① 授業では、英語での指示や説明を注意して聞き取りましょう。
- ② ペアやグループで学習する場面では、自分の考えを相手としっかりと伝え合ひましょう。
- ③ 「聞く」学習では、始めに大まかな内容をつかみ、次第に細かい内容まで聞き取りましょう。
- ④ 「話す」学習では、間違いや失敗を恐れず「発表」や「やりとり」に積極的に取り組みましょう。
- ⑤ 「読む」学習の音読では、大きな声に出して、英語らしい発音で音読しましょう。
「読む」学習の読解では、始めに大まかな内容をつかみ、次第に細かい内容を読み取りましょう。
- ⑥ 「書く」学習では、ノートの4線の間、大文字と小文字を丁寧に書くようにしましょう。
- ⑦ 学習したクラスルームイングリッシュを授業の中で積極的に使えるようにしましょう。

◇ 家庭学習のしかた

① 予習

- ア 何について書いてあるのか考えながら教科書の新しく学習するページを音読する。
- イ 新しい単語は、英和辞典で調べ、授業用ノートに意味と発音を書く。
- ウ 新しい文型をチェックし、意味を考える。
- エ 全文の内容を確認し、要点を確認する。
- オ もう一度英文を読み、全体の意味をつかむ。



② 復習

- ア 本文の英文を音読する。
 - アクセント、リズム、イントネーションなどに気をつけて、英語らしく発音する。
 - 場面や情景、会話などに合った言い方で読めるようにする。
- イ なめらかに言えるまで練習し、基本文の文の形と意味を暗記する。
- ウ 家庭学習ノートに、何度も発音しながら基本文と英単語を書き、発音とつづりを覚える。
- エ 応用力をつける。
 - 教科書の練習ドリルやワークブックの問題を解く。
 - 英語日記をつけたり、学んだ表現を使ったりして英作文を書く。
 - ラジオやテレビの英語学習の番組も積極的に視聴する。
- カ 疑問点を書き出す。
 - 参考書や辞書で調べても分からない所やあいまいな点は、ノートに書き、質問する。

◇ 評価の観点とアドバイス

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
教科書を繰り返し読んだり、自学ノートなどに書いたりしながら、新出単語や表現などの使い方を理解しましょう。	習得した知識や技能を活用して、課題を解決するために、主体的に友達と関わりながら、自分の考えを明確にし、英語を通して表現し合ったり、やり取りをし合ったりしましょう。	様々な活動に主体的に取り組み、自分の理解度や課題を把握しながら、自分自身で何が必要なかなどを見極め、学習を進めていきましょう。

※学習に向かう姿勢や成果物(レポート、記録、プレゼンなど)、定期テストの結果を総合的に評価します。