

かどまし  
門真市まな



# 学びのススメ



れいわ ねん がつ  
令和8年4月

かどまし きょうぎかい  
門真市PTA協議会  
かどまし きょういくいんかい  
門真市教育委員会



## おしえて、ガラスケ！（家庭学習 Q&A）



なん  
何のために  
いえ べんきょう  
家で勉強をしなければ  
ならないの？



なら  
～習ってすぐの  
くりかえしが決め手！～

がっこう まな ことを わす ないうち ぶくしゅう  
学校で学んだことを、忘れないうちに復習  
すると、勉強した内容がしっかりと身につ  
きます。特に、計算・漢字・音読がおすすめ！



いえ べんきょう  
家で勉強すると、  
何かいいことが  
あるの？



けいぞく ちから  
～継続は力なり！～

べんきょう  
「勉強するよりも、テレビがみたい。」  
「ゲームであそびたい。」という気持ちに  
なることはありませんか？

まいにち いえ べんきょう きもち  
毎日、家で勉強をすると、そんな気持ちに  
負けない心や、集中力をつけることができます。

すこ ちから いえ べんきょう つづ  
少しずつ家で勉強を続ければ、やがては大き  
な力になります。勉強だけでなく、スポーツな  
ども同じだよ。



かてい がくしゅう  
家庭学習は、  
しょうらい  
将来どんなことに  
やくだ  
役立つの？



みずか かんが みずか まな ちから  
～自ら考え、自ら学ぶ力に！～

がっこう そつぎょう せんせい べんきょう おし  
学校を卒業すると、先生に勉強を教えてもら  
う機会は少なくなります。「〇〇を勉強したい。」  
と思ったら、まずは、自分で本などで調べて  
課題を解決しなければなりません。

かてい がくしゅう つづ  
家庭学習を続けると、とちゅうであきらめず、  
自分で課題を解決する力をのばすことができま  
す。また、こんなんなことにあっても、根気強く  
チャレンジする態度も身につきます。



## 子どもの可能性を育てる家庭学習 ～自ら学ぶ子どもを育てましょう～



## ポイント1

## まずは宿題をきちんとできるようにしましょう

## 学校の宿題が 家庭学習の基本

家庭学習の第一歩は、学校の宿題をきちんとすることです。小学校1、2年生の時期は、一人で宿題に取り組むことは難しいです。時間を決めて最後までやりとげるようにさせてください。

また、できる限り、宿題ができたかどうかの確認をお願いします。



## ポイント2

## 毎日の生活習慣を見直しましょう

## 1. 生活リズムを整えることから

「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを整えると、勉強の時間を計画的に取りやすくなります。生活リズムをコントロールする力を身につけることは、学力の向上にもつながります。お子さんといっしょに、食事、睡眠など毎日の生活習慣を見直してみましょう。

『**眠育**』という言葉を知っていますか？眠育とは、睡眠教育の総称です。睡眠についての正しい知識と習慣を身に付けることで、脳のリズムを整え、心や体の不調を改善することを目的としています。詳しくは、下記のページをご覧ください。

[https://www.city.kadoma.osaka.jp/kosodate/gakko\\_kyoiku/3/35279.html](https://www.city.kadoma.osaka.jp/kosodate/gakko_kyoiku/3/35279.html)



## 2. テレビやゲームの時間を決めて、勉強の時間を確保しましょう

テレビやゲームをつけたままでは、勉強に集中できず、なかなか効果が上がりません。

宿題や勉強をきちんとさせるためには、例えば、「夜6時～7時はテレビやゲームの時間で、7時～8時は勉強の時間にしよう。」というように、お子さんと相談して、毎日のスケジュールを立ててみるのもオススメです。



## ポイント3

## 子どものがんばりを認め、はげましましょう

## 1. がんばったことを認めて

学習への意欲は、子どもが自分のことを好きだと思える気持ち（自尊心）と大きな関係があります。子ども一人ひとりを見て、がんばったところをしっかりとほめ、足りないところがあれば、次に向けて励ましてあげましょう。

## 2. たくさんの言葉かけを

ものごとを最後までやりとげた体験を積み重ねることで、子どもは自信を持ち、学習への意欲を高めることができます。「最後までやってみよう」「ていねいに書けたね」「前よりも早くできるようになったね」などと子どもを励ます言葉や認める言葉をたくさんかけてあげましょう。

# 門真の子どものための家庭学習の現状と課題

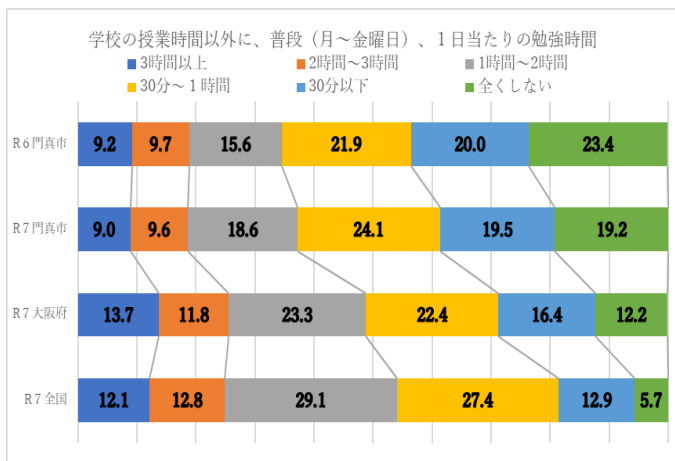
令和7年度全国学力・学習状況調査によると、門真市では、平日の学校授業以外の勉強時間が大阪府の平均を下回っています。(グラフ1・2)

また、同じく令和6年度中学生チャレンジテストのアンケート結果から、2時間以上の携帯電話やスマートフォンの使用が大阪府平均よりも上回っている結果になりました。(グラフ3・4)

これらの結果から、普段から宿題や家庭学習に取り組む姿勢を育て、自分で時間を組み立て、生活習慣を確立することが大切であることがわかります。

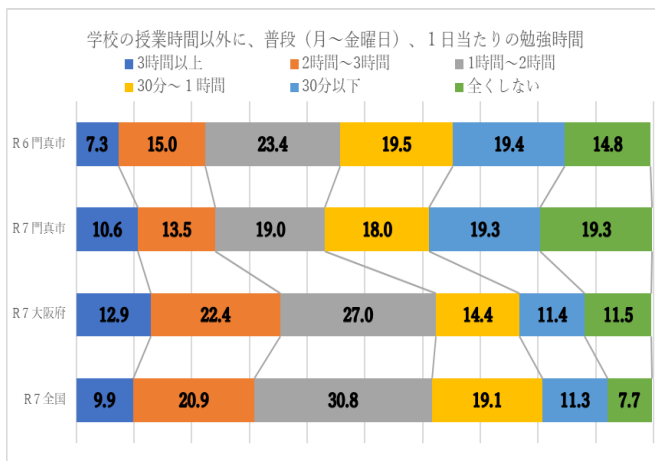
グラフ1 授業時間以外の勉強時間

(R7 全国調査小6)



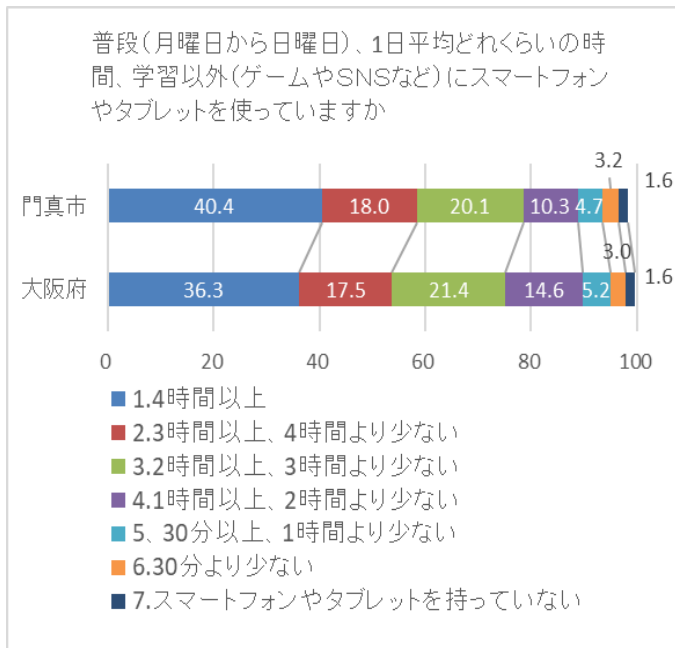
グラフ2 授業時間以外の勉強時間

(R7 全国調査中3)



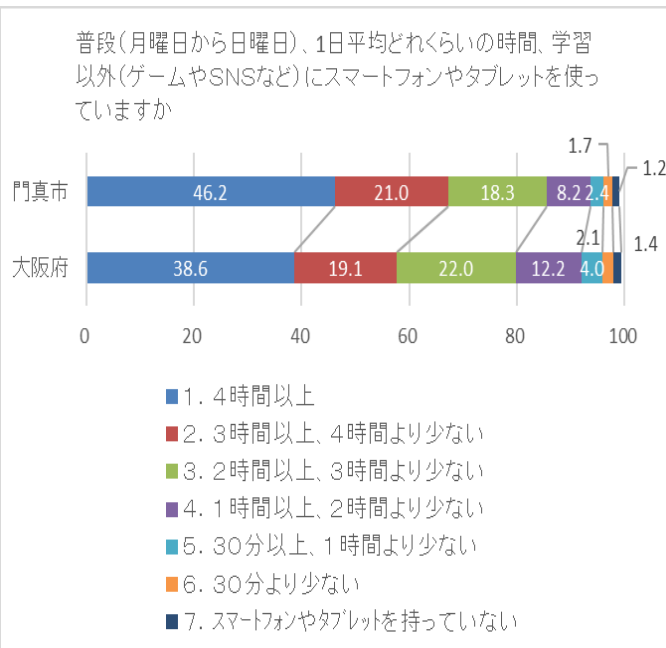
グラフ3 携帯電話やスマートフォンの使用時間

(R6 大阪府チャレンジテスト中1)



グラフ4 携帯電話やスマートフォンの使用時間

(R6 大阪府チャレンジテスト中2)



### かていがくしゅう やってみよう家庭学習！

#### こくご 国語

きょうかしょ おんどく 教科書の音読  
おんどく 読書

おうちのひとにきいてもらおう！  
まいにち毎日くりかえそう！

ひらがな・カタカナ・漢字の練習  
教科書の文章の視写

正しいしせいで、ていねいに！  
ならった漢字が書けるか自分でチェックしよう！



### しょうがっこう 小学校 1・2・3年

#### さんすう 算数

たし算 ひき算

正しく、はやく、ていねいに！

九九

九九はカンペキに覚えよう！これからずっと役に立つよ！

教科書やドリルの問題  
かけ算・わり算

文章題は1日1問！  
毎日やれば力がつくよ！  
わからないところは先生に聞こう！

色々な問題  
文章問題



### がらすけあとはいす



- ★楽しかったことや、うれしかったことを日記や絵日記にしてみよう！
- ★理科や社会の教科書やノートも見直してみよう！
- ★けんぱんハーモニカやリコーダーでお気に入りの曲を練習してみよう！

### しょうがっこう 小学校 4・5・6年

#### こくご 国語

漢字の練習

小学校で覚える漢字は1026字！全部覚えて、中学校へ進学しよう！



めあてをもって教科書の音読  
読書

一回も読みまちがわない！  
とか、気持ちをこめて読む！  
とか。めあてもおうちの人に伝えよう。  
暗唱はとっても頭のはたらきがよくなるよ！

古典や俳句、短歌などの暗唱

意味調べ  
辞典の活用  
国語の問題集  
自学自習ワークブック

辞典は、すぐに使えるようにそばにおいておこう。  
自学自習ワークブックもやってみよう！

#### さんすう 算数

教科書やドリルの問題  
全ての種類の計算問題  
整数 たし算  
小数 の ひき算  
分数 かけ算  
わり算

いろんな計算の仕方があるよ。  
中学校へ行く前にきちんとできるようになっておこう！



文章問題  
算数の問題集  
自学自習  
ワークブック

わからないときは、学校の先生にきいてあきらめずにがんばろう！

### がらすけあとはいす



- ★社会や理科も、学校のテストをもう一度やったり、問題集やワークをやったりして、くりかえし勉強しよう。わからないところがあれば、教科書やノートを見直そう。
- ★1人1台端末（タブレット）を使った学習にも挑戦しましょう。自分の苦手な学習や、復習に効果的です。

# やってみよう家庭学習!

# 中学校1・2・3年

## 復習

その日に受けたそれぞれの教科の授業を振り返り、**復習**をしましょう。しっかりと頭に残ります。

## 家庭学習の2本柱

### 全教科共通

予習・復習は家庭学習のキホン!  
中学校は「毎日の予習と復習が宿題」と考えよう! 小学校とちがうのは、やりなさいと言われなくても、自分の意志でやれるかどうかだ!

## 予習

次の日の授業の場所を教科書で確認し、**予習**をしましょう。毎日の授業がよく分かるようになります。

国語

### 教科書を読む!

◆教科書の文章は何度も読み、また視写(書き写し)もしてみよう。文章の中で意味の分からない言葉があれば、必ず調べておこう。

### 漢字はカンペキに!

◆習った漢字は確実に読み書きできるようにしよう。

### 文法問題にも挑戦!

◆授業で使ったワークや問題集なども活用し、文法の問題などにも取り組もう。

### 読書! 読書! 読書!!

◆図書館や図書室を利用して、好きな本を見つけよう。毎日読書する習慣をつけよう。

数学

### たっぴ問題練習!

◆教科書やワーク、問題集を活用し、その日の授業を振り返りながらたくさん問題をやろう。答え合わせは自分で!

### 聞くことをおそれるな!

◆分からないことがあればそのままにせず、先生にどんどん聞いて教えてもらおう。数学はきちんと理解できると、すっきり解けて楽しいよ!

### できることからコツコツと!

◆苦手な問題が多いときは、できる問題から始めて、あきらめずにできることを頑張ろう。



社会・理科

### 復習で定着!

◆その日に受けた授業のノートを、もう一度まともなおしてみよう。より理解が深まるはず。

### 大事な内容を押さえよう!

◆教科書を見ながら、重要語句(教科書の太字部分)や大切だと思うところをノートにまとめよう。

### 予習で準備完了!

◆次の日に学習するところを教科書で確認し、新しく勉強する内容をチェックしよう。

### 世の中は動いている!

◆新聞やニュースをよく見て、世の中の動きを知ろう。

英語

### 英単語は使えるように!

◆その日の授業で習った英単語を確実に覚えよう。何度も書いて、覚えているか自己チェックをしよう。「つづり」と発音、意味をしっかり覚えて使えるようにしよう。

### 文章を訳してみよう!

◆その日の授業で学習した英文を書き写し、日本語訳ができるようにしよう。また、日本語訳を見ながら、英語の文章に戻せるように何度も練習しよう。

### 英語の力は予習から!

◆次の日の授業で習う場所を確認し、新しい英単語を英和辞典で調べておこう。また、英文を日本語に訳せるか挑戦してみよう。

# がらすけ先生の

## 家庭学習レベルチェック



きみの家庭学習レベルはどれくらいかな？  
おうちの人や友達といっしょに、チェックしてみよう！  
下の質問に、「はい」か「いいえ」で答えてね！

Q1. 宿題は毎日きちんとやっている！

はい

いいえ

Q2. 毎日、同じくらいの時間をかけて、家庭学習をしている！

はい

いいえ

Q3. 計画を立てて家庭学習をしている！

はい

いいえ

Q4. 目標をもって家庭学習をしている！

はい

いいえ

Q5. 落ち着いて集中できる場所で家庭学習をしている！

はい

いいえ

Q6. 家庭学習中はゲーム(携帯電話等も含む)にはさわらない！

はい

いいえ

Q7. 机の上を整理整頓してから、家庭学習している！

はい

いいえ

Q8. 家庭学習の内容を自分で考えている！

はい

いいえ

Q9. 予習、復習は毎日やっている！

はい

いいえ

Q10. 分からない所はそのままにせず先生などに聞いている！

はい

いいえ

「はい」の数・・・0～2個

このままではちょっと心配…。家庭学習の基本は宿題だよ。まずは、毎日の宿題を必ずおうちでやってから学校に行けるようにがんばろう！

「はい」の数・・・3～5個

少しずつ家庭学習の大切さがわかってきてるね！次は家庭学習の習慣をつけることを目指すこと。毎日決まった時間、しっかりと机に向かおう！

「はい」の数・・・6～8個

かなり家庭学習の力がついてるね！予習と復習はがんばって毎日続けよう。計画を立てて自分に必要な勉強をしっかりと続けることが大切だよ！

「はい」の数・・・9～10個

これだけ家庭学習ができるきみはもう大丈夫！自分で考えて勉強する力がすでに身についている！きみの未来がとっても楽しみだ！

