

“すこやか敦賀っ子” 家庭学習ガイド



中学生用

中学校

氏名

敦賀市教育委員会

授業と家庭学習で確かな学力を

「すこやか敦賀っ子」家庭学習ガイド」発刊に際して

平成24年度から市内全小中学校において「敦賀スタンダードカリキュラム」に基づく授業が行われています。そのねらいは、敦賀を愛し、確かな学力を持った敦賀っ子の育成です。そのために、現在、各小中学校で授業の改善・充実に取り組んでいます。そして、もう一つ大切な要素は家庭学習の充実です。

この家庭学習ガイドは、子どもたちが家庭で学習する際に、「どのように学習をすればよいのか」という道しるべとなるように、また、家庭学習習慣が定着するように、そして、自主的な家庭学習ができるようにという願いを込めて作成しました。毎日、少しずつでも家庭学習をすることが、やがては、しっかりとした学習習慣、自主的・自発的な学習につながり、高等学校等での学習、さらには生涯学習につながっていきます。それは敦賀っ子の豊かで幸せな未来が拓けることでもあると思います。

ご家庭におかれましては、以下の点もご理解の上、このガイドをお子様の家庭学習支援のご参考にさせていただければありがたいと思います。



1 学習のしかたの道しるべとして……………

宿題はともかく、「自主学習ってどんなことをすればいいの?」という子どもたちも少なくありません。このガイドでは、各教科2ページにわたり、自主学習のしかたを紹介しています。左のページは基礎編、右のページは発展編となっており、基礎編はその教科を苦手としている人、発展編はその教科を得意としている人に向けた内容となっています。これらを参考に学習に取り組み、時々、学習方法が自分に合っているか先生に見てもらおうなどして、自分に適した自主学習を身につけることができるようにしてほしいと思います。

2 家庭学習習慣の定着のために……………

子どもたちは、放課後や帰宅後もいろいろな活動に取り組んでおり、なかなか忙しい生活をしています。その中で、毎日決めた時間、家庭学習に向かうことはたいへんなことであり、重要なことです。家庭学習の継続こそ、現在と将来の学力の基礎固めに大いに役立つはずです。各学年の家庭学習時間のめやすを参考に、家庭学習を継続するよう、励ましてあげてください。

3 自主的な家庭学習ができるように……………

小中学校では、宿題が出たり自主学習を提出させたりすることが当たり前ですが、高校になると宿題の他に、自分に必要な学習を自ら探して取り組むことが求められます。また、高校で予習・授業・復習のサイクルをしっかりやっていけるよう、中学生のうちに習慣化しておく必要があります。そのためにも、小中学校の時から「今必要な学習は何か」「どのように学習するとよいか」を考え、実行する力を少しずつつけていくとよいと思います。

与えられた宿題に取り組むことから始めて、徐々に自主的な学習へ移行する。9年間かけて、子どもたちにその家庭学習力が育つよう、学校と家庭の両サイドから支援していけたらと考えています。

はじめに

●●●●● 中学生のみなさんへ ●●●●●

1 家に帰ったら

ステップ1 …まず、宿題をしよう。

ステップ2 …次に、自主学習（復習やノートづくりなど）をしよう。
— やりかたは、このガイドを参考に —

ステップ3 …最後に、次の日の登校の準備をしよう。

2 学習する時間は

家庭学習時間のめやす……………

1年生	→	90分～120分
2年生	→	120分～150分
3年生	→	150分以上



3 気をつけること

- 部屋の中や机の上などを整頓し、学習しやすくしよう。
- テレビやゲーム、パソコンなどの誘惑に負けないようにしよう。
- 毎日続けて（2時間以上）学習しよう。
- テレビを見ながら…など「ながら」学習をせず、集中して学習しよう。
- 早寝・早起き・しっかり朝食など、規則正しい生活をしよう。

4 このガイドの活用のしかた

- 各教科とも、基礎編と発展編に分かれています。
- 苦手な教科は基礎編を、得意な教科は発展編を参考にするとよいでしょう。
- もちろん、得意な人が基礎編を参考にしながら学習するのもよいでしょう。

保護者の皆様の支援について……………

- 中学生は、義務教育の集大成となる大切な時期です。この中学3年間で、進路の決定はもちろん、お子様に応じた学習スタイルの確立が必要になります。これまでのように、常に寄り添うのではなく、自立させるために、一人で頑張らせる部分と、傍にいて、頑張りを認める部分を取り入れながら、お子様の意欲を高めてあげてください。
- 将来の夢や、なりたい職業についての興味関心が高まる時期です。ご家庭でも、折にふれて、将来のこと進路のことなど、お子様と一緒に話してください。保護者の方が、ご自分の中学校時代を振り返りながら、昔の夢や目標を話されることもお子様には貴重な時間です。

中学生と家庭学習

1 家庭学習は何のためにするのでしょうか。……………

- 一つ目は、実生活で生きる力をつけるためです。

この力をつけるのは、学校での授業が大切であることは間違いありませんが、教室の中だけでなく、学んだことと実生活との結びつきを考えたり、学んだことが日常生活でどう活かされるのかを体験したりするなど、家庭での学習も欠かせません。もちろん、漢字や計算の力、英単語力を身につけるためのドリルも大切です。

- 二つ目は、自ら学ぶ習慣をつけるためです。

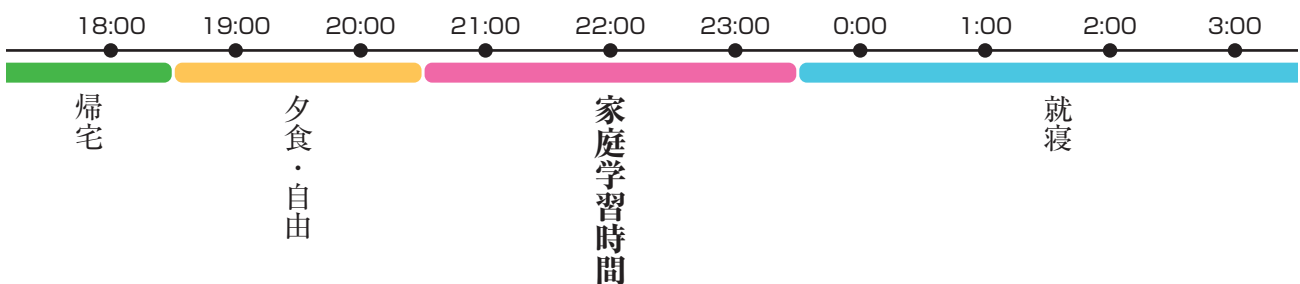
勉強は、最終的には一人でしていくものでしょう。どこかの段階でその姿勢を身につけなくてはなりません。自ら学習する習慣を育むために、家庭学習は大切です。

2 中学生一日の生活スケジュール……………

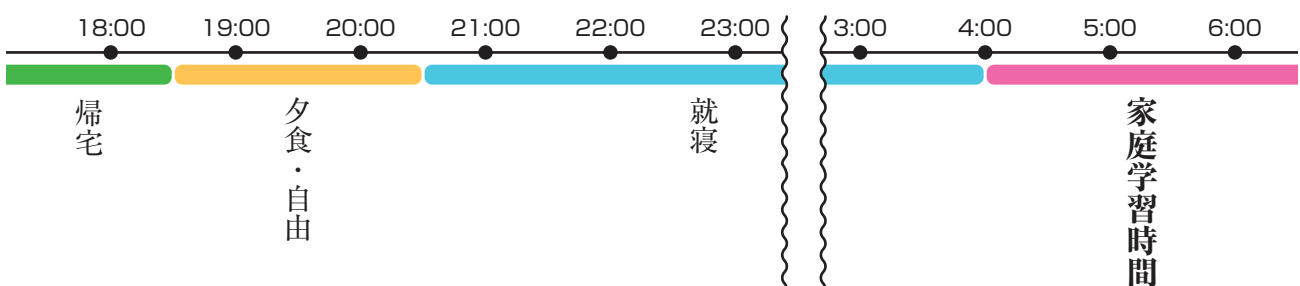
- 部活や補充など、一日の大半を学校で過ごす中学生にとって、家庭に帰ってからの時間の使い方は大変重要です。

統計によると、中学生の宿題以外の平均家庭学習時間が、2004年38.7分であったのに対して、2012年には47.8分とおよそ10分増えております。

〈パターン① 夜型〉



〈パターン② 朝型〉



- 中学生では、一日2時間以上の学習を続けると、その効果が急激に現れるという結果がでています。逆に、ある一定時間に達していなければ、効果は出にくいということです。
- 一方、学習効果は、その集中の度合いによっても違ってきます。就寝時刻や生活時間から考えて、上記のような家庭学習時間のめやすを、参考にしてください。

3 先輩からの声.....

- みなさんの先輩でもある現役の高校生たちは、家庭学習の大切さについて、次のように考えています。



毎日の授業や家庭学習、そして計画を立てて勉強することの大切さを、高校に入ってから、特に感じました。



やっておけばよかったこと

- ・ 自主学習をして毎日2時間勉強する習慣をつけておけばよかった。
- ・ 先生に言われたことをしっかりとやっておけばよかった。
- ・ 黒板を写すだけでなく、先生の発言もメモする癖を身につけておけばよかった。
- ・ 学習する時に、計画を立てながら進めていく習慣をつけておけばよかった。
- ・ 中学校で習うことは確実に身につけておけばよかった。

やっていたよかったこと

- ・ 自主学習ノートをやっていたよかった。
- ・ 自主学習・授業中のノート作りを毎日頑張っていたので、高校に入ってから役に立った。
- ・ 勉強時間を確保出来る習慣がついていたので、高校に入ってから無理をする必要がなくて楽だった。
- ・ 毎日4時間勉強する目標を立てていたのが役に立った。

4 自主学習ノートの進め方について.....

- 本ガイドは、特に自主学習ノートの進め方を考えた構成になっています。宿題以外の **＋α** として、ノートの活用を考えてみましょう。

手 順

- ①ガイドの中で、実際に学習する教科を選びましょう。
- ↓
- ②まずは **基礎編** か **発展編** のどちらに力点をおいて学習するのか選択しましょう。
- ↓
- ③該当教科のページをあけて、学習の進め方・ノート作りの手順・ノート例を参考にしながら、自主学習をすすめていきましょう。
- ④ポイントがたくさん載せられています。参考にしながら自主学習ノートを工夫して完成させていきましょう。
- ↓
- ⑤ノートは担任の先生や教科担当の先生にみてもらいましょう。
- ↓
- ⑥これらを毎日続けて学習していくようにしましょう。
- ↓
- ⑦自分なりのノートを作っていきます。

参考文献

- ・ベネッセコーポレーション「学力向上のための基本調査2008」
- ・「VIEW 21 (小学版) 2010 Vol.4」

URL <http://www.benesse.co.jp>

社会

- ・基礎編では「重要語句」がしっかりと身につきます
- ・発展編では「重要語句」どうしのつながりまで分かるようになります
- ・基礎編+発展編で「社会科が得意教科」になります

基礎編

1 学習の進め方

- 教科書の太字で表した「重要語句」や学習した「用語」を覚えよう
- 「重要語句」や「用語」の意味や内容をまとめよう

2 ノートづくりの手順

- ① 「重要語句」や授業で学習した「用語」をノートの左側に書き写そう
- ② ①で書いた「重要語句」や「用語」の意味や説明が書かれている部分を教科書から探し線を引こう
- ③ ②で線を引いた部分をノートに「できるだけ短い文」で書き写そう

3 ノート例

歴史



このノートは、テスト前に大活躍! 「一問一答問題」として片方をかくすと、何度でも覚えるまで使えるよ!!

重要語句	意味・説明
蘇我氏	推古天皇や聖徳太子と親せきだ。豪族。
聖徳太子	聖徳太子と協力し、天皇が中心となる政治制度を整えた。
摂政	推古天皇の摂政になって、蘇我馬子と協力して推古天皇を助けた。
冠位十二階の制度	天皇が女性や子どもに置き換える役割。天皇の代理で政治を行う。
十七条の憲法	家柄にとらわれず、才能や功績のある人物を役人に取り立てた。
隋	天皇の命令に従うなど、役人の心構えを示した。
遣隋使	南北朝を統一してできた強大な中国の帝国。
	隋の進んだ制度や文化を取り入れた。小野妹子らが行く。

まずは、教科書を写すことから始めよう!
慣れてきたら、少しずつ短い文章に工夫して
まとめるとグッと実力がアップするよ!

地理



重要語句	意味・説明
適地適作	アメリカの地域で、自然環境に適した農作物を生産すること
企業的な農業	出荷を目的に広大な農場で労働者をやい、大型機械を使って行う農業。
センターピポッド方式	長さ400mの巨大なスプリンクラーが散水して動くかんがい農業。
バイオテクノロジー	生物の持っている働きを人の生活に役立つ科学技術。

発展編

1 学習の進め方

- 教科書の太字で表した「重要語句」や学習した「用語」を関連づけて理解する
- 興味を持ったことを、資料集やインターネットなどで進んで調べてみよう

2 ノートづくりの手順

- ① 「重要語句」や授業で学習した「用語」を「年表」や「図」にまとめよう
- ② 資料集やインターネットなどで調べたことも書き加えると、さらに詳しく内容の豊かなノートになるよ

3 ノート例

歴史



【年表づくりのポイント】

- 「アジアなど世界とのつながり」を年表に表してみよう。
- 日本の歴史を「政治」「経済・文化」に分けてまとめてみよう。
- 同じ頃の「福井の歴史」も書いてみよう！

社会 - 聖徳太子の時代 -

世紀	5	6	7
東アジアの歴史	中国 南北朝	隋 唐	
朝鮮	高句麗	百済・新羅	
出来事		遣隋使	
日本の歴史	政治 大和政権	聖徳太子の政治 ①十七条の憲法 ②冠位十二階の制度 ③遣隋使	
経済・社会・文化	須恵器		法隆寺
福井の歴史		継体天皇	
時代			飛鳥時代

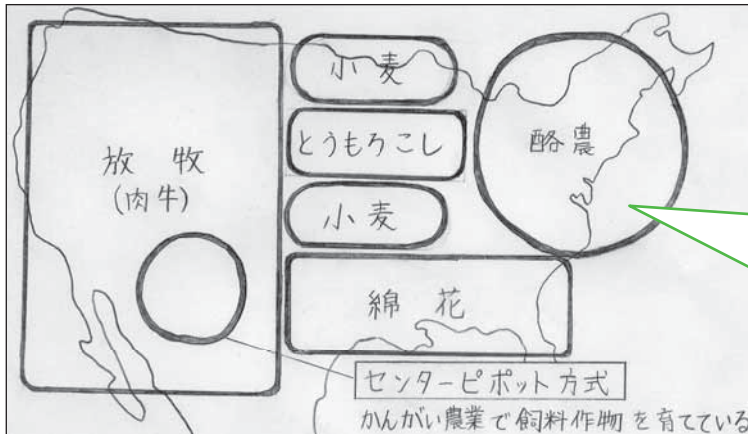
7世紀のはじめには、唐が中国を統一した。
↓
律令などの法律をつくり支配のしくみを整えて国力を高めた。

朝鮮半島では、百済、新羅が勢力を強め、大和政権は半島南部の勢力を失った。

アメリカの農業を地図でまとめよう！

～「適地適作」と「企業的な農業」でガッチリ！～

地理



【白地図まとめのポイント】

- 「重要語句」や「用語」を地図上で表してみよう。
- 「イラスト」や「表」「グラフ」などを加えると、もっとくわしくなるよ。

数 学

数学が得意になるために

- ・基礎編では「授業の内容」を確実に身につけます
- ・発展編では「数学的な考え方」が育ちます
- ・「基礎編+発展編」であなたの「数学の世界」が、今よりも広がります



基礎編

1 学習の進め方

- 今日の授業をふり返ろう
- 授業の例題を自分の力で解こう
- 自分の力を確かめるために、よく似た問題に挑戦しよう

2 自主学習ノート

ポイント①

①教科書・授業ノートを開いて、目を通そう。

ポイント②

今日の学習のめあてを書こう。

移項を使って方程式を解こう

ポイント③

自主学習ノートを使って、授業で学習した例題をふり返ろう。

<今日のふり返り>

例1)

$$\begin{aligned} 3x + 20 &= 5 \\ 3x &= 5 - 20 \\ 3x &= -15 \\ x &= -5 \end{aligned}$$

例2)

$$\begin{aligned} 8x &= 5x - 21 \\ 8x - 5x &= -21 \\ 3x &= -21 \\ x &= -7 \end{aligned}$$

類題1

(1) $5x + 8 = 23$

$$\begin{aligned} 5x &= 23 - 8 \\ 5x &= 15 \\ x &= 3 \end{aligned}$$

(2) $6x - 5 = -17$

$$\begin{aligned} 6x &= -17 + 5 \\ 6x &= -12 \\ x &= -2 \end{aligned}$$

(3) $-2x + 3 = 5$

$$\begin{aligned} -2x &= 5 + 3 \\ -2x &= 8 \\ x &= -4 \end{aligned}$$

(4) $-4x + 19 = 11$

$$\begin{aligned} -4x &= 11 - 19 \\ -4x &= -8 \\ x &= 2 \end{aligned}$$

類題2

(1) $10x = 6x - 8$

$$\begin{aligned} 10x - 6x &= -8 \\ 4x &= -8 \\ x &= -2 \end{aligned}$$

(2) $3x = 5x - 14$

$$\begin{aligned} 3x - 5x &= -14 \\ -2x &= -14 \\ x &= 7 \end{aligned}$$

(3) $4x = 50 - 6x$

$$\begin{aligned} 4x + 6x &= 50 \\ 10x &= 50 \\ x &= 5 \end{aligned}$$

(4) $-8x = 3 - 5x$

$$\begin{aligned} -8x + 5x &= 3 \\ -3x &= 3 \\ x &= -1 \end{aligned}$$

<再チャレンジ>

1 (3) $-2x + 3 = 5$

$$\begin{aligned} -2x &= 5 - 3 \\ -2x &= 2 \\ x &= -1 \end{aligned}$$

2 (3) $4x = 50 - 6x$

$$\begin{aligned} 4x + 6x &= 50 \\ 10x &= 50 \\ x &= 5 \end{aligned}$$

ポイント⑥

まちがった問題に再チャレンジし、できるようにしよう。

ポイント④

教科書や問題集にある類題に取り組もう。

ポイント⑤

答え合わせは1つずついいに行おう。

ポイント⑦

疑問や解決できなかったことは、次の日に質問しよう。



1 学習の進め方

- 授業のポイントをもう一度ノートにまとめ直そう
- 発展問題に挑戦しよう
- 次の学習に興味をもち、予習をしよう



2 自主学習ノート

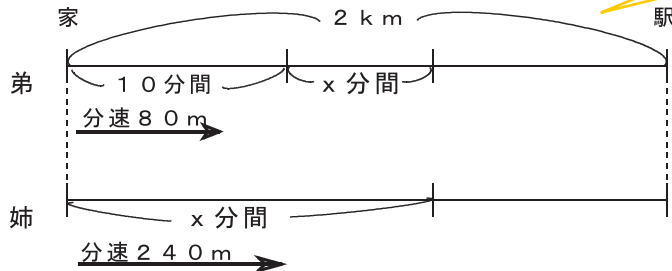
方程式を使って考えよう

ポイント①

今日の学習のめあてを書こう。

問 弟が、2 km 離れた駅に向かって家を出発しました。それから10分たつて、姉が弟の忘れ物に気づき、自転車で同じ道を追いかけてきました。弟は分速80m、姉は分速240mで進むものとする、姉は出発してから何分後に弟に追いつくでしょうか。

<図にすると・・・>



ポイント②

問題文を図や表、グラフに表そう。

<表にすると・・・>

	分速(m)	かかった時間(分)	進んだ道のり(m)
弟	80	10 + x	80(10 + x)
姉	240	x	240x

道のり = 速さ × 時間

ポイント③

数学用語の解説や大事な公式などはメモして確認しておこう。

(式) 姉が出発してからx分後に追いつくとすると、

$$240x = 80(10 + x)$$

$$3x = 10 + x$$

$$2x = 10$$

$$x = 5$$

分配法則で()を外すより等式の性質を使って両辺を80でわった方が計算が簡単

等式は両辺を同じ数でわっても成り立つ。

(答え) 5分後

道のり・速さ・時間の問題は、図から数量関係を表に整理して考えるとわかりやすい。

ポイント④

問題解決のポイントをまとめておこう。

<姉が追いついた地点を調べよう>

(式) $240 \times 5 = 1200$ (答え) 家から1200mの地点

または・・・ $80 \times (10 + 5)$ でも求められる。

ポイント⑥

別の方法も考えてみよう。

ポイント⑤

自分で課題をつくって取り組もう。

理科

センス・オブ・ワンダー

＝神秘さや不思議さに目を見張る感性

基礎編では「重要語句」を中心に力をつけていきます
 発展編では「科学的な思考力」「表現力」が育ちます

基礎編

- 教科書を参考に理科のノートを見直し、書き足りないところは書き加え、書き方の悪いところは直して、きちんと整理しよう
- 観察・実験の方法を、ねらいと関連づけて理解しよう
- 教科書の太文字＝重要語句をしっかりと覚えよう
- 観察・実験の器具や薬品名、注意事項等も覚えよう
- 問題を解こう、書いて覚えよう、できるまで、何度も繰り返して練習しよう
- 学習した内容が、生活の中で活用されているものを見つけよう

1 まとめよう!



重要語句の記入

赤ワインの蒸留
 混合液

実験器具や実験のポイントの記入

様子や温度を測る

沸騰石
 変質を防ぐ

穂つきフラスコ

注: ガスバーナー使用前はガラス器と液体を冷ます。

なぜ必要なのかその理由の記入

薬品の中で冷やす
 ↓
 凍結 → 防ぐ。

2 覚えよう!

重要語句のまとめ

① 前線のフリスシ

② 気団 ... 気温や湿度がほぼ一律な大きな空気のかたまり。

③ 前線面 ... 寒気団 (寒) と暖気団 (暖) が接する面の境。

④ 前線 ... 前線面 が地表面と交わるところ。(点)

- ① 気団
- ② ~~前線面~~
- ③ 前線
- ④ 寒冷前線
- ⑤ 温暖前線
- ⑥ 停滞前線

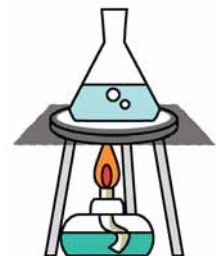
前線面

温暖前線

- ① 気団
- ② 前線面
- ③ 前線
- ④ 寒冷前線
- ⑤ 温暖前線
- ⑥ 停滞前線

- ① 気団
- ② 前線面
- ③ 前線
- ④ 寒冷前線
- ⑤ 温暖前線
- ⑥ 停滞前線

間違いは、赤で正しく直しをする。




できるまで何度も練習

発展編

- 理科ノートをもとに説明を書き足し、オリジナルの分かりやすいノートにまとめ直そう
 - 教科書の大切な図なども書き写し、説明を書き加えよう
- 教科書の太文字=重要語句の説明を書こう
- 問題を解こう！ 間違えた問題については、間違えた理由やポイントを書いて、理解を深めよう
- 問題を解いたあと、関連する内容を調べてみよう
- 理科の学習と日常生活とのつながりを考えよう
- さらに、学習内容に関連した疑問点について調べてみよう
 - 学習内容と関連づけて考えてみよう

1 ノートの質を高めよう！

実験のポイントを理由と共に確認



赤ワインの蒸留

蒸留…沸点の違いを利用して、液体の混合物から物質を取り出す
石油 → ガソリン、灯油…

蒸気の温度を測す
→ エーテルと水の蒸気が試験管へ

赤ワインを蒸留すると試験管に無色透明な液体がたまる
→ エーテルと水の蒸気が試験管へ

※ ガラス管のつらさを
おろやかに
蒸留を待つ

※ 加熱を止めると蒸気が
ガラス管と液体から抜く
→ 液体が逆流するのを
防ぐため

水
エーテル

熱せられた物質
沸つてしばらくの間は
温度が一定
時間

沸つてしばらくの間は
沸点
水は 100℃
エーテルは 78℃


沸つてしばらくの間は
液体と蒸気が混ざっている状態

蒸気は冷めると
① 液体はよく燃える
沸つてしばらくの間は
エーテルの濃度が高い
②
③ は水の割合が多く燃えない。

重要語句の説明

実験中の様子

結果を表やグラフにして、わかることをまとめる。



2 習熟の質を高めよう！

**正しい解答を
しっかり理解
する。**

P68 1. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺

朝昼夕方などが分かる
地球は1年(12か月)で1回
1回を1回公転から、1か月で30
秒進む。そのため、星座は1か月
で30°(1日2度)西に移動する
→ 星は、東から西にうついでる
よりに見える!!から
→ 真夜中に南中する星座は、太陽
の反対側(にある)。
地球の公転により、見える星座
振替時計方向にうつりかわる。

**なぜ間違えたのか、
自分の弱点を克服
する。**

英語

基礎編

- ・基礎編では、教科書をしっかり音読することからはじめます「読める」→「書ける」へと力をつけていきます
- ・発展編では、基礎編で身につけた語句や基本文をもとに自分でオリジナル問題を解けるようになります

- ①繰り返し音読しよう
- ②書く練習を繰り返して、粘り強く少しずつ覚えよう
- ③練習問題に取り組み、ていねいに答え合わせをして実力をつけよう

音読

教科書本文をゆっくり



Level 1

教科書本文をすらすら



Level 2

語句

ノートに単語を1行ずつ書く（意味も書く）

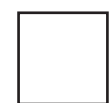
book 本 *book book book book book book book*
money お金 *money money money money money money money*
since ~以来 *since since since since since since since*



Level 1

本文

ノートに教科書本文を書く



Level 1

ノートに教科書本文を書き…

- ①英語の下に日本語を書く
- ②1文ずつ覚えて書く
- ③重要部分に線・印をつけてチェックする



Level 2

スペシャル

ワーク・プリントなどの問題を解いたあとで…

- ①間違えた問題をもう一度ノートにやってみる
- ②疑問に思った部分にふせんをつけて翌日に先生に質問する
- ③自分でオリジナル問題をつくる（問題をつくることそのものがとてもよい勉強になります）



Level 1

Let's Challenge!

発展編

- ①発音やイントネーションを意識して暗唱できるまで音読しよう
- ②単語や文をテスト形式でチェックしよう
- ③自分だけのオリジナルノートをつくろう

教科書本文を暗唱する

I'll help you.



Great

Level 3

アクションつきで教科書本文を暗唱する

Oh! Really?



Super

Level 4

音読

ノートに単語の自己テストをする (間違っものは直して練習)

① dog	② class	③ musik	④ tennis	⑤ speed
⑥ never	⑦ will	⑧ break	⑨ sinse	

Super

Level 2

語句

日本語を参考に英文を書く

①教科書本文の意味を日本語でノートに書く

②ノートの日本語を参考に英文を書く

③教科書で英文を確認する


Great

Level 3

教科書本文を覚えて

①ノートに書く

②教科書で英文を確認する

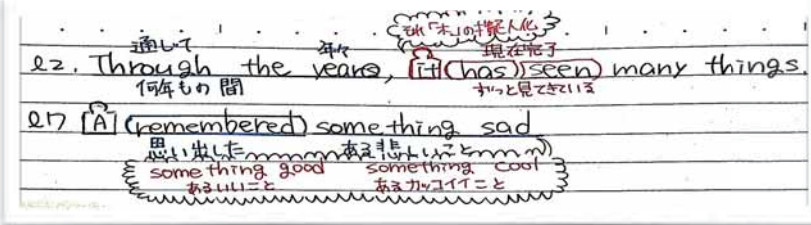


Super

Level 4

本文

授業のノートを自分でまとめ直す



Super

Level 2

スペシャル

