

令和2年度

学習のしおり

～より良い人生のために!より良い学習方法を身につけよう!～



市川市立妙典中学校

年 組 () 氏名 _____

学習のしおりとは？

学習のしおりは、皆さんの学習をサポートするものです。

昨年度までは、なぜ学習するのか。学校での学習方法。家庭での学習方法。授業の受け方。テスト勉強の仕方。テストの受け方などを載せていました。

今年度は、家庭学習する時間が増えました。そこで、皆さんが学校の勉強ができるようになるためのしおりではなく、「皆さんが、自分になりたい自分になるための学習の方法や自分に合った学習スタイルを見つけられるようになる」ことをサポートするしおりになったら!と思います。

📎 考え方を知ろう～なぜ勉強するの?～

📎 中学校での学習の考え方 ～学習のステップ・授業を大切にする・学習の心構え～

📎 学習の工夫 ～自分に合った学習方法を見つけよう～

📎 学習計画を立てよう! ～マイ時間割～

📎 家庭学習のすゝめ

📎 皆さんの学習の足跡を残しておこう! ～次のものを一緒に綴じておこう!～

・休校中の課題一覧

・マイ時間割

～休校後～

・テスト範囲

・テスト計画

学習への取り組み＝目標を実現するための取り組み

「目標に向けてどう取り組めば、目標が実現するのか」

努力は必要ですが、無理は禁物です!

「取り組み続けること」が大切です。

あなた自身の「取り組み」ですが、人の話を聞いたり、相談したりすることも素敵な学習です!

夢を掴むことというのは一気に出来ません。

小さなことを積み重ねることで
いつの日か信じられないような力を出せるようになっていきます。

- イチロー -

成功は決して偶然ではない。

勤勉、忍耐、知識、学び、犠牲、
そして何よりも自分が取り組んでいることへの
愛情が必要だ。

- ペレ -

【なぜ、勉強するの？】

次の図①②は、何がかいてあるかわかりますか？

①



②



正解は、①：老婆と少女 ②：LIFE

わかるとかたん!わかる前は見ていたのに、わからなかったですね。勉強するといろいろな見方が増えていきます。そして、いろいろなことが見えるようになります。すると、自分の人生にとって、必要なことも見えてきます!

つまり、——より良い人生を送るために、学習することは、必要なのです。

【学習のステップ】

- | | |
|---------------------------|-------|
| ① 自分はどなりたいか!?(考える) | A 考える |
| ② そのため何をすればいいか(計画を立てる) | P 計画 |
| ③ 計画を実践する。(やってみる!) | D 実行 |
| ④ 調整する。(やっていることがあっているか確認) | C 確認 |



【授業を大切にする】

中学校生活で一番大切なことは、授業を大切にすることです。授業がわかるようになると、中学校生活がとても楽しくなります。また、授業を大切にする生徒は、必ず成績が伸びていきます。さらに、進路を選択する時に、選択の幅が広がり、自分の希望が実現しやすくなります。

【学習の心構え】

- ☐ 時間を守る(次の時間の用意をしてから、休憩をする)
- ☐ 必要なものを準備する(忘れ物をしない)
- ☐ 黒板に書いてあることをノートに書く
- ☐ 提出物は、期限を守る



📖〈ノートの取り方〉📖

- 「めあて」と「まとめ」を書くようにする。
- 自分の考えがわかるようになっている。
- 大切な言葉を書く色を決めておく。
- メモ欄を作るとよい

例) わからなかった単語、先生の話、気になったこと等をメモしておくといいですよ!

時間の使い方は、
そのままのちの使い方になる。
- 渡辺和子 -

【学習の工夫～自分に合った学習方法を見つけよう!】

1. 計画を立てよう! ～マイ時間割の作り方～

- 目標を設定しよう!
- 始める時間を決める!
- 取り組む内容を具体的に決める!

***自分自身の集中スイッチを見つけよう!!**



何から始めると集中できる?

睡眠・休憩も入れよう!
メリハリ大切!!

2. 取り組み内容・学習の流れ

- ☞ 簡単なものから難しいものへ
- ☞ 基本から応用へ

《身に付けてほしい考え方》

- ① **考える**: 自分でめあてを考えてみる。(自分で考えてみた!ということが大切👏)
- ② **知る**: 教科書を読んだり、動画を見たり、問題を解いたりする。
- ③ **確認**: ワークやドリルパーク等で、知識が身についているか確認する。
- ④ **もう一度考える**: 学習してどう考えたか。このやり方は自分に合っているか。

【学習方法例 ～ステップアップしていこう～】

👉 Step1: とにかくやってみる! 取り組みやすいことから!

- 教科書を読む。(線を引きながら。声に出して読む。)
- 単語や漢字など

👉 Step2～3: 理解&考える

- ワークを解く(同じ問題を2・3回解くと定着が高まります。)
- ・範囲の教科書を読む。(大切なところに線やマーカーを引くとよい)
- ・読んだ範囲のワークを解く
- ・丸付けをする。→間違いを訂正する。(間違えたところは、わかるように☑をつけておく)
- ・間違えた問題をもう一度解く
- 授業・動画等で学習する。←下のポイントを見てね🔍
- ドリルパークで確認をする。

👉 Step4: ここまでくれば、自分でやりたい方法が見えてくるかな? 自分で考える。

- 応用問題を解いてみる。
- ノートにまとめる。(独自でノートがまとめられるようになると、かなり力がつきます。)
- 自分に合った問題集やまとめ方を実践する。

方法や順番は、例なので
自分に合った方法・順番を
見つけて下さい!

🔍 授業・動画で学習する際のポイント📋

☆必ず書く&意識してほしいこと⇒「めあて・まとめ」**「学習した足跡を残す」**

「学習した足跡を残す」とは

ノートやプリントの記入・メモを取る・ワークやドリルパーク等・自分でまとめる等

マイ時間割をつくろう！！

時間割 例



目標		生活のリズムを整える！				
		4/27	4/28	4/29	4/30	5/1
		月	火	水	木	金
健康観察		35.5℃	毎日、同じ時間に起きよう！！			℃
	～	起床 6：30 ジョギング＆ 体操 7：00 朝食 8：00	ポイント！ ①始める時間を決める！！ ②やる内容を、具体的に決める。 (ワークをやる。ドリルパークをやる。等)			
1	8:45 ～ 9:30	決まった教科パターン 教科の時間時間を固定		活動内容を決めておくパターン ワーク系・ドリルパークなど		英語で体育
		国語	国語	ドリル系	単語・漢字	今日は 〇〇の日！ パターン
2	9:45 ～ 10:30	数学	数学	問題集 (新研究)	新研究 英語 PO～PO	英語 単語
		①教科書にマーカーを引く ②ワークや問題集（新研究等） ③ドリルパークで確認する				
3	10:45 ～ 11:30	英語	英語	ワーク系	数学 ワーク PO～PO	英語 動画を見る
4	11:45 ～ 12:30	理科	理科	実技教科 家庭科	実技教科 美術	英語 新研究
12:30～ 14:00		お昼＆休憩♡				
5	14:00 ～ 14:45	体育	音楽	ドリルパーク	ドリルパーク	英語 ドリル パーク
		実技教科の時間を自分の ペースで入れていこう！			国語 数学 英語 理科 社会	
6	15:00 ～ 15:45	社会	社会	ドリルパーク		英語で美術
	～	トレーニング 16：00～ ゲームする 17:00 夕食 18：00～ 風呂 20：00		就寝 22：00		
コメント		漢字の練習から始めたら、集中できた。体育は、時間がオーバーした。明日は、先に社会をやる。				
		自分に合った方法を見つけて下さい！！ 時間に始められる＝自分の集中をコントロールできる				

自分に合った方法を見つけて下さい！！
時間に始められる＝自分の集中をコントロールできる



【家庭学習のすゝめ】

1. 「なぜ、家庭学習が大事なの？」(°o°)Why??

結論から言うと、授業中だけで「しっかりできる」ようになるのは難しいからです。

もちろん、授業中にできるように集中して取り組むことはとても大切ですが、漢字や英単語、語句など書けたり覚えられたり説明できたり、計算や問題を素早く解決できるようになるには、やはり時間を作って練習したり頭を使って考えたりすることが必要なのです。

「勉強ができなくてもいい」、「家でつらい思いをしてまで、勉強ができるようになりたくない」という人もいます。でも、それはあまりにモッタイナイことです。なぜなら、**今が「人生で最も力のつくときだから」**です。あとから後悔しても遅いです。「もっと勉強しておけばよかった」という大人の声を聞いたことはありませんか。逆に「勉強しすぎて損をした」という人はどこにもいないでしょう。学校でも家でも勉強するのはとても大変なことです、自分の頭を鍛える時期は今を置いてありません。「家庭学習、いつやるの？今でしょ!!」なのです。

皆さんは中学校卒業後も、大人になっても学び続けなければいけません。会社に入れば覚えなないといけないこともありますし、家族がいれば家族のために勉強しないといけないこともあります。また、ある職業につけば、その職業で専門的に学ばなければいけないこともありますし、新聞を読んで社会情勢をつかまなければいけないということも出てくるでしょう。このように将来、社会に出てからの方が学ばないといけないことが多いのです。ですから、将来のために、今から自ら学ぶ習慣を身につけることがとても大切なのです。

◎家庭学習をする習慣ができれば、中学校3年間(1年間)ですごい力がつきます!!

2. 家庭学習を 続ける と、こんないいことがある。(^o^)

- ・毎日の授業がわかるようになる、楽しくなる。
- ・授業に前向きになる。
- ・勉強が得意になる。できるようになる。
⇒さらに、家庭学習に前向きになる。
- ・メリハリがついて、何事にも一生懸命取り組めるようになる。
⇒素晴らしい中学校生活を送れる。⇒素晴らしい人生が送れる!!
- ・家の人も喜ぶ。



Step by step. I can't see any other way of accomplishing anything.

ステップ・バイ・ステップ。どんなことでも、何かを達成する場合にとるべき方法はただひとつ、
一歩ずつ着実に立ち向かうことだ。これ以外に方法はない。

- Michael Jordan (マイケル・ジョーダン) -

【家庭学習の手引き】家庭学習 Q&A



Q どうすれば家庭学習ができるようになる?(?_?)How??

(1) 何といっても、規則正しい生活習慣(早寝・早起き・朝ごはん)を心がけましょう!

生活習慣が乱れていては「やる気」も「体力」も出てこないからです。家庭学習を行うには「やる気」と「体力」が必要不可欠です。

(2) 毎日の目標学習時間(机に向かう時間)を決めましょう。

はじめは・・・少なくとも 30分×学年 です。

塾に行っている人は、その時間を入れても入れなくても構いません。まずは「○時間」(できれば「○時から○時まで」)と決めて、机に向かうことから始めましょう。

今まで家庭学習をしたことがないという人は机に向かうだけでも苦痛でしょう。でも、乗り越えてください。30分なら30分、意地でも机に向かってください(はじめのうちは、ポケ～と教科書やノートを眺めているだけでも良いです。ただし、テレビを見ながらなど、〇〇しながらはダメです。)

目安 (授業の時間を除く)

1・2年生：1.5～2時間

3年：2～4時間

(3) 部活動や習い事に合わせて、学習する時間帯を曜日ごとに決めましょう。

- ・ できれば、何時から何時までは「家庭学習の時間」と、学習時刻を決めた方がよいです。
- ・ 別紙『1日の計画を立ててみよう』を活用してみましょう。
- ・ 基本的には「帰ったらすぐ」、「早め早めに」その日にやらなければいけない宿題や課題をやりましょう。自由時間(テレビ、ゲームの時間など)がほしいという人は、その日の宿題や課題を終わらせれば自由時間にできるということにすれば、「早めにやる」リズムができてきます。
- ・ ご飯を食べると眠くなる人はご飯の前に、入浴後に集中しやすい人は入浴後に、就寝前に暗記するのがよい人は就寝前に、など自分に合った方法を見つけてください。

(4) 家庭学習で何に取り組むかを決めましょう。

妙典中学校では、各学年各教科で取り組んでほしい内容や方法をまとめています。『各教科のガイダンス』です。これをよく読んで決めてください。

まずは、勉強机を前に座ることです。食卓でも構いません。自分なりに工夫をして、机を前に座る習慣をつけましょう。基本的に「ながら勉強」はダメですが、どうしてもできなければ、例えば、はじめは音楽を聴きながらでもいいです。(ただし、集中力が上がってきたら、音楽を止めましょう。やはり、雑音がない方がじっくり覚えたり考えたりできます。)

(5) 日々の目標が達成できたら、あなたの勝ちです。自分で自分をほめてあげましょう。逆に、目標通りにできない日もあります。そんなときは、次の日に頑張りましょう、取り戻しましょう。負ける時があっても、次に勝てばいいのです。その繰り返しができるれば、どんどん力がついてきます。

～継続は力なり～

時間だけは神様が平等に与えて下さった。
これをいかに有効に使うかはその人の才覚であって、
うまく利用した人がこの世の中の成功者なんだ。

- 本田宗一郎 -