



# さくらネット

令和3年(2021年)5月27日

## 家庭学習習慣の定着を!

中間テスト(5/24・25実施)を終えてホッとしたのもつかの間、今日は全国学力・学習状況調査(3年生)、岡山県学力・学習状況調査(1・2年生)が行われ、生徒の皆さんはそれぞれに緊張感をもって調査(テスト)に取り組んだことでしょう。

テスト前に集中して学習に取り組むことはもちろん大切ですが、確実な力をつけるためには、日頃から地道に学習を重ねていくことが大切です。家庭での学習時間の確保はできているでしょうか。

勝山中学校区生徒指導総合連携推進委員会では、「規則正しい生活リズムの確立と家庭学習習慣定着のための目安表」(以下「目安表」)を作成し、幼児期から高校卒業までを見通した学習時間等の目標の目安を示しています。中学生は1時間30分から2時間を目標としているのですが、皆さんの学習時間はどれくらいでしょうか。時間だけを確保すればよいというものではありませんが、家庭での限られた時間の中で、学習を中心とした生活リズムをつくることは大変重要です。



勝山高校が目標として示している、生活リズムの「4点固定」や学習のサイクル、睡眠時間の確保も大変参考になります。「時間がなくて勉強できない」ではなく、「勉強するために時間を確保する」という意識で、まずは家庭学習の在り方を見直してみましょう。自らの学習状況を把握し、学習の進め方について考え調整して学ぼうとする力。この力が今求められています。

### 〈家庭学習時間等の目標:「目安表」より〉

小学校低学年: 30分以上  
小学校中学年: 45分以上  
小学校高学年: 60分以上  
中学校1年生: 90分以上  
中学校2年生: 120分以上  
中学校3年生: 120分以上

高等学校(勝山高校)

◇生活リズムの「4点固定」をする

①起床時刻 ②夕食時刻

③家庭学習開始時刻 ④就寝時刻

◇予習→授業→復習・演習のサイクルを確立する

◇睡眠時間は6時間以上を確保する