

(10)



小学校5・6年生

学習時間の
めやす
5年生 60分
6年生 70分

予定を立て、自ら学習を進めるようにしましょう。

この時期の子どもたちは

「小学校のまとめをし、中学校につなげる大切な時期」です。

- まわりに目がいき、友達と自分を比べたり大人の評価に敏感になったりします。
- 見通しを持ち、予定を立てながら自力で学習を進める計画をたてることができるようになります。
- 先生や家族の励ましやアドバイスにより、学習に対する意欲や興味・関心が大きく高まります。

学校ではこんなことをします

- 「家庭科」の学習が始まり、衣食住の基礎・基本を学びます。
- 「外国語」が教科として始まり、コミュニケーションするときに必要な基礎的な技能を身につけます。
- ペア学習・グループ学習等で、自分や相手も大切に自己表現の実践化・定着化をめざします。
- 情報化・国際化社会に必要とされる知識・技能等の活用力の育成のために図書館を活用した学習をします。

子どものやる気を伸ばすために

- ノートのまとめ方や学習のふり返しなど、子どもの努力したこと、進歩したことを見つけてほめましょう。
- 学習したノートやプリント類を確認し、文字や数字などがていねいに書けているか見ましょう。
- 集中して学習できる環境を作りましょう。
- 休日には、読書や手伝いなどの活動ができるような場をつくりましょう。

自ら未来を築くために(自立)

- 自己に対する肯定的な自覚を深め、未来への夢や希望を育みましょう。
- 今の自分が将来につながっていくことを意識させながら、よりよい家庭生活をめざさせましょう。

休みの日には、
こんなことを!

◎休みの日も「あ・お・や」(3点固定)のやくそくを守りましょう。

自分でテーマを決め、
ふだんできないことに挑戦させたいですね。

- 家族とふれあいながら学習(ファミリー読書、家庭読書など)
 - 家族の一員として、責任を持って家の手伝い(自分の仕事)
 - 地域の活動があれば、すすんで参加
 - スポーツの体験
 - 休日も、決まった時間に学習をする習慣づくり
- ※休日のメディアは3時間以内(そのうちゲームは、1時間以内!)



(12)



中学校1年生

学習時間のめやす

100分

計画的な学習方法を身につけましょう。

この時期の子どもたちは

「小学校から中学校に入学し、心身共に大きな変化を迎える時期」です。

- 中学生という意識から、今までの自分の殻を打破し、新しいことに挑戦してみようとしています。
- 家族で過ごす時間より、友達と過ごす時間の方が長くなり、仲間や友達の影響を強く受けます。
- 他人から見た自分を意識し、比べて落ち込んだり、無理に合わせようとしたりすることもあります。

学校ではこんなことをします

- 教科ごとに先生がかわり、より専門的な内容を学習し、質・量ともに小学校とは大きく違います。
- 基礎的な内容については繰り返し学習することで、確実な力をつけていきます。
- 自分で学習する内容を決めて毎日大学ノート1ページ以上、自分で学習をします。(「自主学習ノート」と呼んでいます。)【取組例はP14～を参照】
- <キャリア教育>職業調べをしたり、職業人から話を聞いたりすることを通して、働くことの意義や生きがいについて学びます。

子どものやる気を伸ばすために

- 子どもが落ち着いて学習できるよう環境の整備に心がけましょう。(ただし、子どもの部屋にテレビ・パソコン・ゲーム機などは置かない方が望ましいです。)
- 実現できそうな目標を子どもと一緒に設定しましょう。
- がんばろうとする態度を支えていきましょう。
- 家の手伝いを積極的にさせましょう。(家族の一員としての役割があり、何でもしてみることが力になります。)

自ら未来を築くために(自立)

- 自分のことは自分でする習慣を身につけさせましょう。
- メディア利用の約束事を決め、家庭のルールを守らせましょう。
- 新聞を読んだり、ニュースを見たりして、社会の動きに関心を持たせましょう。

【中学生の家庭生活のポイント】

家庭生活の3点固定

あ

頭を鍛える集中学習

1年生100分以上

お

「おやすみなさい」ぐっすり睡眠

6時間～8時間

や

約束守る メディア時間

2時間以内(ゲームは1時間以内)
9時以降、スマートフォン・タブレット・パソコン・SNS・ゲームはしません。

家庭学習の習慣化

- 決まった時間に始めよう。
- 決まった場所で勉強しよう。
- 教科書を読んで、分からなかったところを事前に調べておこう。

集中力をあげる学習環境

- 「ながら勉強」はやめよう。(勉強中はテレビを見たり、音楽を聴いたり、タブレットやスマートフォンを触りません。)
- ゲームや漫画などはそばに置かない。

(13)



中学校2年生：120分

学習時間のめやす

予定を立て、自分で学習を進めましょう。

この時期の子どもたちは

「自分の生活、生き方について真剣に考え始める時期」です。

- 自立心が芽生え、家族と一緒に過ごす時間よりも、自分の時間・空間を大切にしたいときです。
- 仲間や友だちの存在が大きくなり、周りの目を意識する傾向が強くなる時です。

学校ではこんなことをします

- 学習内容の難易度が増し、進度も速まります。
- 後期半ばより、1・2年の学習の復習を進めていきます。
- 自学ノートを活用して自分に合った学習課題に取り組みます。【取組例はP14～を参照】
- <キャリア教育>職場体験学習「ワクワクあおや」で実際の仕事を体験し、生き方について考えを深めます。

子どものやる気を伸ばすために

- 変化に目を向け、頑張っていることを認めましょう。
- 時には口を出さずに傍らにいて見守ることも必要となります。
- 家の手伝いを積極的にさせましょう。
(家族の一員としての役割をもたせ、責任をもってさせましょう。)

自ら未来を築くために(自立)

- 自ら学習環境を整え、家庭学習に取り組む習慣を身につけさせましょう。
- メディア利用の約束事を決め、家庭のルールを守らせましょう。
- 新聞を読んだり、ニュースを見たりして、社会の動きに関心を持たせましょう。

【中学生の家庭生活のポイント】

家庭生活の3点固定

あ

頭を鍛える集中学習

2年生120分以上

お

「おやすみなさい」ぐっすり睡眠

6時間～8時間

や

約束守る メディア時間

2時間以内(ゲームは1時間以内)
9時以降、スマートフォン・タブレット・パソコン・SNS・ゲームはしません。

家庭学習の習慣化

- 決まった時間に始めよう。
- 決まった場所で勉強しよう。
- 教科書を読んで、分からなかったところを事前に調べておこう。

集中力をあげる学習環境

- 「ながら勉強」はやめよう。
(勉強中はテレビを見たり、音楽を聴いたり、タブレットやスマートフォンを触りません。)
- ゲームや漫画などはそばに置かない。

(14)



中学校3年生 : 150分

学習時間のめやす

将来を見通した学習を進めましょう。

この時期の子どもたちは

「まさに人生の節目の時期」です。

- 進学や就職などの進路選択をすることで、自分の内面と向き合おうとします。
- 「こうありたい、こうあるべき」という姿をえがき、模索していきます。
- 時には気持ちが不安定になり、言葉にも敏感になり、反発することもあります。

学校ではこんなことをします

- 自分で目標を設定し、計画を立て、日々継続して実践できる力を育てます。
- 進路を見据えて、目標をもって学習に取り組みます。
- 進路実現に向けて、自分の実力を確認するテスト（機会）が増えます。
- <キャリア教育> 高校のオープンスクールに参加したり、高校の先生の説明を聞いたりして進路に関する情報を学び、その上で自分自身の進路を決定していきます。

子どものやる気を伸ばすために

- 結果だけを評価するのではなく、頑張っていることを評価し、認めていきましょう。
- 家の手伝いを積極的にさせましょう。
(家族の一員としての役割を自覚させ、任せてよいことは任せていきましょう。)

自ら未来を築くために(自立)

- 親子の話し合いを通して、最終的な進路決定は本人にさせましょう。
- メディア利用の約束事を決め、家庭のルールを守らせましょう。
- 新聞を読んだり、ニュースを見たりして、社会の動きに関心を持たせましょう。

【中学生の家庭生活のポイント】

家庭生活の3点固定

あ

頭を鍛える集中学習

3年生150分以上

お

「おやすみなさい」ぐっすり睡眠

6時間～8時間

や

約束守る メディア時間

2時間以内(ゲームは1時間以内)
9時以降、スマートフォン・タブレット・パソコン・SNS・ゲームはしません。

家庭学習の習慣化

- 決まった時間に始めよう。
- 決まった場所で勉強しよう。
- 教科書を読んで、分からなかったところを事前に調べておこう。

集中力をあげる学習環境

- 「ながら勉強」はやめよう。
(勉強中はテレビを見たり、音楽を聴いたり、タブレットやスマートフォンを触りません。)
- ゲームや漫画などはそばに置かない。