

家庭学習のてびき ～保護者の皆様へ～

徳島市上八万小学校

○規則正しい生活習慣が大切です。

1 早寝・早起きの習慣を付けましょう。

寝不足は学習の妨げになるだけでなく、健康にも心配が及びます。

2 食事を規則正しく摂るようにしましょう。

特に、朝食をきちんと摂ることは1日の活力の源となります。

3 テレビ、ゲームの時間を話し合って決めましょう。

一律に1日何時間と決めるのは難しいかもしれませんが、ルールを作っておくことは大切です。子どもとも話し合って、続けることができるルールを決めることをお勧めします。

○学習環境を整えましょう。

1 決まった場所で、一定の時間、学習する習慣を付けましょう。

学習が習慣化するためには、子どもに負担が大きい時間設定は禁物です。長く続けていくことを大切に、学習が生活の一部として定着するようにしてください。

2 静かに集中する環境を大切にしましょう。

音楽を聴きながら、テレビを見ながらというのはやめるべきです。時間が長いか短いより、どれだけ集中してできたかを見てあげてください。

3 机の上は整頓しておきましょう。

机にすわったときに、漫画の本が目に入るといった環境は、学習意欲をそぐものです。整頓した机で学習することは、集中力を高めます。

4 学校の準備をきちんとしましょう。

学校の準備物を整える習慣を身につけるようにしたいものです。連絡帳や先生のお手紙を見ながら教科書やノートをそろえ、鉛筆を削っておくようにする。それだけで、次の日への心構えが違ってきます。

○学年×10分を家庭での学習時間の目安としています。

1, 2年20分以上 3, 4年40分以上 5, 6年60分以上と指導しています。

集中力が持続しにくい場合には、少しずつ時間を増やしていくのもよいでしょう。だらだらと時間をかけるよりは、集中して取り組む方がより大切です。

○一つずつ目標をクリアしていきましょう。

以上の内容を、一度にすることが難しければ、子どもと話し合って、できることから手がけていくとよいでしょう。目標のハードルを高くしすぎると、子どもはクリアすることができず、保護者の皆様も注意することが多くなり、結果として子どもが挫折感を味わうことになってしまいます。がんばればできる目標を掲げ、できた子どもをほめてあげてください。それが自信となり、次へのステップとなっていくはずです。