

# 家庭学習の手引き（3年生用）

中学校3年生とは・・・こんな時期です。

## 進学や就職などの進路を決定する、人生の節目の時期です。

- 「やらなくては」と分かっているが、思うようにならない自分に苛立つことがあります。
- 自分の気持ちが不安定になりがちで、大人がかかる言葉に敏感になったり、時には反抗したくなります。
- 進路に関する情報が不足していると、不安が大きくなります。
- 将来のことを家の人と話すことが多くなります。

## そこで、家庭学習のツボは！！

### その1 生活習慣を整えよう。～朝食は必ずとる！睡眠時間は十分に～

・規則正しい生活を送ること、それが一番大切です。特に、食事は大切なエネルギー源で脳の働きにも関係するので、朝食は必ずとりましょう。また、睡眠不足では疲れがとれません。夜更かしはやめて、次の日にベストコンディションで臨めるようにしましょう。

### その2 計画的に時間を使おう。家庭学習の目安は、150分です。

・帰宅してからの時間を有効に活用して、生活のリズムを整えましょう。特に部活動や習い事などの事も考えて、少ない時間を効率よく使えるように工夫しましょう。

### その3 基礎・基本を確実に身につける！！

・高校進学を希望する人は、目先の進路だけを意識して「対策的な学習」になりがちです。しかし、本当に必要なのは基礎・基本を確実に身につける「総復習」です。3年生の授業の復習と1・2年生の内容の復習を計画的に取り組む必要があります。

## ワンポイントアドバイス

- ◆ 得意な教科は、問題集などでどんどん進めましょう。
- ◆ 苦手な教科は、分かるところまでさかのぼって復習しましょう。
- ◆ 教科書やノートを見て、その日の授業を振り返りましょう。
- ◆ テスト日を目安にして、自分でスケジュール管理をして、計画的に学習を進めましょう。

教科	予習・復習の仕方
国語	<p>〈予習〉何より、教科書の文章を読むことです。そしてあらすじをつかみます。次に知らない漢字や語句の意味を調べておきます。また日頃から新聞や本などで「読む」習慣をつけておくことが大切です。</p> <p>〈復習〉学習したその日に必ず行いましょう。音読や漢字練習、ノートの見直し、ワークブックや問題集をしましょう。</p>
社会	<p>〈予習〉事前に教科書を読みましょう。太字の語句はチェックしておきましょう。</p> <p>〈復習〉地理 地勢や地名に関する用語をしっかりと覚えましょう。 歴史 時代の流れをつかむために、教科書をしっかりと読みましょう。時代の特徴をまとめるのも効果的です。 公民 用語を覚え「政治」「経済」「国際関係」ごとにまとめましょう。新聞やニュースには常にふれていきましょう。</p>
数学	<p>〈予習〉教科書を読み、例題を解き方に沿ってやってみましょう。</p> <p>〈復習〉教科書やノートを見ながら、授業でやった問題をもう一度やったり、ワークや問題集を利用しましょう。</p>
理科	<p>〈予習〉事前に教科書を読みましょう。太字の語句はチェックしておきましょう。</p> <p>〈復習〉教科書とノートに目を通し、学習した内容が理解できたか確認しましょう。また、実験の注意事項や実験器具の使い方などもチェックしましょう。公式や計算問題は、何回も繰り返してやりましょう。</p>
英語	<p>〈予習〉新出単語は、意味を調べてから練習しましょう。また教科書の本文を写し、読む練習もしましょう。</p> <p>〈復習〉学習してわかったことノートに書き写しましょう。英単語は繰り返し練習しましょう。ワークや問題集を利用しましょう。</p>