

- 家庭での学習や生活の問題点、課題などに気付かせる機会を設ける。
- 学習や生活の振り返りができるチェックシートなどを活用し、自己診断できるようにする。など

- 学習や生活の目標、計画を立てる機会を設ける。
- 目標のポイントを掲示するなど、常に意識するよう促す。 など

- 一定期間の実施状況を記録できる「計画実施表」などを準備する。
- 毎日、実行状況のコメントを書くよう促す。 など

- これまでの学習を振り返り、成果と課題を明らかにする機会を設ける。
- 成果を上げた取組を確認したり、課題を分析したりするよう促す。 など

- 改善のための目標を明確にする機会を設ける。
- 新たな目標を基にした計画を確認し、励ます。 など



R Research 自分を知る

自分の課題を客観的にとらえる。

P Plan 計画する

自分の課題にそった目標や計画を立てる。

D Do 自ら学習する

計画にそって主体的に学習する。

C Check 確かめる

学習の結果や取組を振り返り、確かめる。

A Action 見直す

学習の内容・方法を見直し、修正する。

(学習時間) 学習時間が少したりないな。

(学習内容) 漢字や計算は得意だけど、文章問題が苦手だな。

(学習方法) 自主学習ノートを1日1ページやっているけれど、なかなか成果が出ないな。

(生活) ついつい寝るのが遅くなってしまふから、授業に集中できないな。帰ってから夕食までの時間が、もったいないな。

毎日〇〇分学習するぞ。

毎日、文章問題に挑戦するぞ。

さあ、学習の時間だ。今日も、〇〇分頑張るぞ。

計画実施表に、「文章問題が思った以上にできた」と書こう。

今日は、〇〇についての説明文を書くぞ。

部活動で疲れたけれど、頑張って学習するぞ。

学習内容が難しくなってきた、〇〇分では終わらない日が多かったな。

説明文を書くのと、内容が分かるようになるな。

毎日、文章問題に取り組んでみたら、テストでもできるようになってきたぞ。

やっぱり夕食前に少しでも学習すると、気持ちに余裕が出るな。

自主学習の時間を、平日は〇〇分、休日は〇〇分増やしてみよう。

もっと難しい問題にも挑戦してみよう。

これからも続けていこう。

夕食前に、読書をしているのもよいかな。

「自己マネジメント力」を育む家庭・地域の関わり



小学校低学年では、学習態度の育成を!

小学校低学年では、望ましい学習態度を育成することが大切です。

- 宿題をきちんとやること
- 鉛筆を正しく持ち、丁寧に文字を書くこと
- 正しい姿勢で学習すること
- 声に出して、はっきり読むこと

などを意識させ、しっかり身に付くまで関わってあげてください。

小学校中学年頃から、計画性や自分を振り返る力を徐々に伸ばしていきましょう。

心の支え

難しいところはあった? できるようにするためには、どうしたらよいか?

あなたは、ものを教えることが上手だね。

こつこつと頑張るって、すごいことよ。

人は成功するより、失敗することのほうが多いものよ。

ずいぶん集中して頑張っていたね。

この前のテストで、〇〇ができていたね。

〇〇になるためには、△△をやってみるのもよいかもね。

将来は、どのような職業に就きたいの?

他のお子さんとは比べないように、気を付けなさいと……。

ちょっとした変化に気付いて、認めてあげることが大切ね……。

● お子さんが「自分のよさ」を自覚したり、将来の夢や目標の実現を意識したりできるようにする。

● お子さんのノートや学習プリントなどを見て、頑張った過程を認める。

● 学校からの依頼に応じて、保護者からのコメントを書いたり、確認印を押したりする。

● 自分の成功体験や失敗体験を話す。 など

環境づくり

プリントを整理するファイルが必要ね。

新聞に〇〇について載っていたよ。読んでごらん。

来週の日曜日に、〇〇〇〇に行って、一緒に調べよう。

〇〇曜日は家族みんなで読書をしましょう。

〇〇検定に挑戦してみたらどうかね。

調べてまとめる学習も大切であることが、学年だよりに書いてあったわね……。

読書は、集中力を高める効果もあると聞いたことがあるな……。

● テレビを消すなど、お子さんが集中して学習できる環境をつくる。

● 目が届くところにおいて、お子さんがいつでも相談できる環境をつくる。

● 地域行事の予定などを、前もってお子さんに知らせる。

● 興味をもちそうな本や新聞記事を紹介する。 など

習慣づくり

計画では、1日〇〇分だったよね。

すぐに学習を始められたね。

目標を貼っておくと、やる気が出るわよ。

今度のテストに向けて、どのような目標を立てるの?

ゲーム、スマホは〇時までね。

夕食は、〇時を目安に食べましょう。

私も早寝・早起きを心がけないと……。

子どもとルールを決めることが大切ね……。

● お子さんに、やらなければならないことややってほしいことなどを気付かせる。

● 「起床時刻」、「就寝時刻」、「学習を始める時刻」を決めさせる。

● 家族みんなで規則正しい生活を心がける。 など

お子さんと一緒に家庭学習を振り返ってみませんか?

- ✓ 学習する場所を整理している。
- ✓ 正しい姿勢で学習している。
- ✓ 目標をもって学習している。
- ✓ 計画を立てて学習している。
- ✓ 学習する時間帯を決めている。
- ✓ 集中して学習している。
- ✓ 宿題以外の学習もしている。
- ✓ 苦手な教科も学習している。
- ✓ 様々な分野の本を読んでいる。