

2026.10.8 (木)

放課後学習室担当 (中辻・柊元)

ゆめ通信

中間テスト1週間前！

10/13

(火)

テスト前質問教室@図書室

終学活後～16:50

たいいくたいかい お ねんかん お かけ ちてん お かけ
体育大会も終わり、1年間の振り返り地点にさしかかりました。振り返りポイント
で待ち受けているのは「中間テスト」です。今日で1週間前に入りましたが、準備
は始められていますか。今回もテスト前の質問教室を開室します。「1人ではあまり
学習がはかどらない」という人や、「家では集中が難しい」という人はゆめ教室
もぜひ利用してください。

家庭学習の目的は・・・？



みなさんが学習する場は、学校だけではありません。習い事や学習塾に通う人
もいるし、何より「家庭」も学習できる場の一つです。今回は、「家庭学習」につ
いて考えてみてほしいと思います。

4月に見てもらった「家庭学習の手引き」に、家庭学習の意義はこうに書いて
います。

- ①学習を習慣に(徳)…自分を律し、毎日学習する習慣をつける。
- ②主体性アップ(知)…自主的に考え、探求する学びを楽しむ。
- ③基礎の定着(体)…学習をふり返り、ねばり強く努力を続ける。



①学習を習慣に(徳)

みなさんは、歯みがきをするときにストレスやしんどさを強く感じますか。多くの
人は、そうではないと思います。それは、日常生活の中で歯みがきが習慣化され
ているからです。人間は、行動がルーティン化されるほどストレスや疲れを感じにく

くなると言われています。「朝起きてすぐ」や「晩ご飯のあと」など、自分でタイミングを決めて、5分からでもいいので学習を習慣にしてみましょう。最初は3日、次は3週間、そして3ヵ月と続けていけば、習慣になっていくはずです。

習慣化

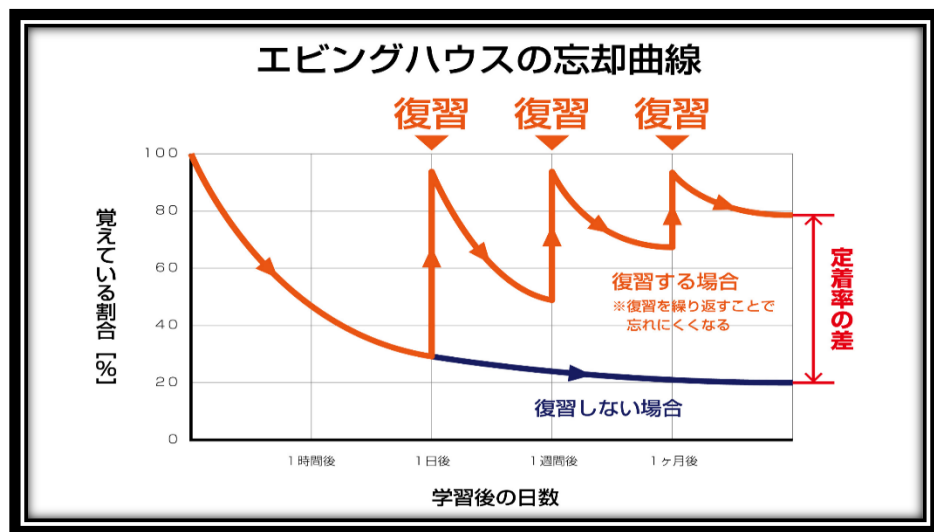


②主体性アップ（知）

自分で目標を設定し、何をどのように、どのくらい学習するかを自分で考え調整しながら学習する力（自己調整力）は、これからの時代を生きる力として必要な力です。授業で気になったこと、自分が興味・関心のあること、友達と話題に出たことなど、学びの主人公を自分にして探求していくことで、新たな発見があります。テスト前ならば、目標はテストに向けたものになると思いますが、テスト後にはぜひ自分で課題を見つけて探求してみてください。

③基礎の定着（体）

さて、「エビングハウスの忘却曲線」という図を知っていますか。人間の脳は、1日たてば70%ほどのことを忘れてしまうという研究データの図です。みなさんは、授業で多くの内容を学習しています。そこで学んだ基礎内容を、できるだけ忘れないように、そしていつでも使えるものにするために、家庭学習でくり返し復習をして定着させることが大切です。これには、忍耐強く、くり返して学習に取り組む「粘り強さ」が必要です。



忘れるのは当然！大切なのは、その後にくり返し思い出して定着させられるかどうかだね！



みなさん、家庭学習の大切さを再確認できましたか。まずは、1週間後の中間テストに向けて、みんなで家庭学習に取り組みましょう。