

小学校1・2学年で身に付けたい 【基本的な生活習慣・家庭学習の習慣】

よく寝 よく食べ 生きぬく力 低学年

基本的な生活習慣

- 早寝・早起きの生活リズムを作りましょう。
- 大きな声であいさつ、返事ができるようにしましょう。
- 時間割をそろえ、学習の準備ができるようにしましょう。
- 自分の物やみんなで使う物を大切にしましょう。

家庭学習の習慣

- 1・2年生は、親子で一緒に学習することが大切です。
- 学校で学んだことを家で復習すると、学校での学習に自信がもてるようになります。

ポイント

1 ゲームについて

- ・外にもっていかない。
- ・時間をきめよう。
- ・晴れの日にはやらない。

すると

友達とあそび
コミュニケーション能力も アップ!

2 学習の時間帯について

- ・学校から帰ってきて、すぐに始めよう。
- ・おそくとも夕食前にやろう。

すると

時間の使い方がうまくない
コミュニケーションの時間が増える
本を読む時間も増える
時間の余裕ができ 忘れ物もなくなる

3 早起きについて

- ・早起きの習慣を付けよう。

すると

夜も早く寝るようになる!
ゆっくり朝ごはんも食べることができる!

家庭における学習環境づくり

1 家庭学習は、なぜするのでしょうか?

- ・学習の習慣を身に付けるため
- ・学習したことをしっかり身に付けるため
- ・こつこつと、がんばる心を育てるため
- ・がんばったあとの、喜びを味わうため
- ・将来の夢をかなえるため



2 家庭学習の時間の目安

- ・小学生 低学年 (20分) 中学年 (40分) 高学年 (60分)
- ・中学生 1年 (1時間30分) 2年 (2時間) 3年 (2時間30分)

3 こんなことに気をつけましょう。

- ・時間を確保しましょう。
(始める時刻を話し合って決めましょう。)
- ・できるだけ子供が学習したことに目を通しましょう。
- ・子供が学習するときはテレビを消しましょう。
- ・我が家にあった生活のリズムをつくりましょう。

4 こんな言葉がやる気を引き出します。

- ・「よくがんばったね。」
- ・「教科書をすらすら読むことができたね。」
- ・「ていねいに書けたね。」
- ・「言われなくても勉強できたね。」
- ・「毎日続けることができ、すごいね。」
- ・「まちがいをなおしたら、前よりかしこくなったね。」
- ・「〇〇先生がほめていたよ。」



～継続は力なり～