



家庭学習のしおり

木津川市立相楽台小学校

家庭学習は、自ら学ぶ習慣を身に付け、学校で学習したことをしっかりと定着させるために、

とても大切なものです。毎日、家庭学習に取り組み、「学ぶ力」の土台作りをしよう。

学習のめあてと時間の目安

◎学校から帰ってすぐか、夕ごはん前にしよう。

- ★ 低学年：宿題、読書を毎日きちんとする習慣をつけよう！ 【20分～40分】
- ★ 中学年：宿題に加えて自主的な学習も取り組んでみよう！ 【40分～60分】
- ★ 高学年：宿題や自主的な学習を通して、自ら学習していく力をつけよう！ 【60分～80分】

※自主学習・・・国語や算数などの予習・復習、読書や作文など自分でやりたいテーマを決めてこつこつがんばろう。

学習を始める前に・・・

- ① テレビやゲームを消そう。
- ② 机のまわりを片付けよう。
- ③ 時間を決めてしよう。

家庭環境作り

- あいさつを自分からしよう！
- 早寝・早起き・朝ごはんを実行しよう！
- 朝に排便の習慣をつけよう！
- すすんでお手伝い（仕事）をしよう！
- 時間のけじめをつけよう！（テレビやゲームの時間など）
- 睡眠をしっかりとろう！



睡眠時間の目安【低学年：9時間半】【中学年：9時間】【高学年：8時間 程度】

例：6時30分頃に起きるとすると、

【低学年：21:00】【中学年：21:30】【高学年：22:30頃】までに寝るようにしよう！