



# 自主学習のすすめ

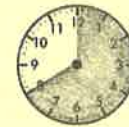
## ノート見本



### 家庭学習って なあに？ 時間は？

・宿題 + **自主学習** = 家庭学習

1・2年生 20分以上 3・4年生 40分以上 5・6年生 60分以上



### 自主学習って なあに？



・自分で課題かだいを見つけて行う学習です。

・授業じゅぎょうの復習ふくしゅう(自分ひつように必要な勉強は何かな？)

・学習でもっと知りたいことを調べる。

### どんなことを すればいいのか？

・国語・算数・理科・社会など(体育、音楽、家庭科などもいいですね。他にもあるかな？)

・わくわくメニューでは、興味きょうみのあることを調べましょう。

## 集中するためのコツ

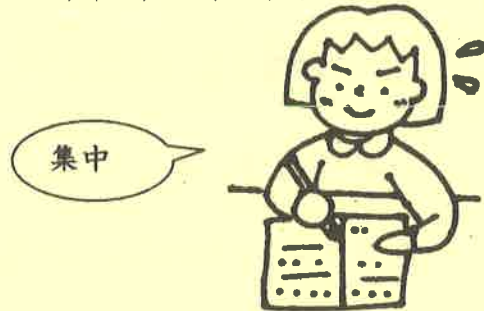


① テレビ・ゲームのスイッチは切りましょう。



② 学習を始めたら、立ち歩いたり中断したりせず、

最後までがんばりましょう。



③ 何時まで学習するのか、自分で時間を決めよう。

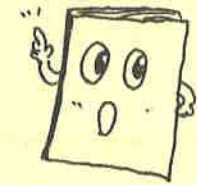


こんなメニューがあるよ！

自主学習	
ばっちりメニュー	わくわくメニュー
<ul style="list-style-type: none"> <li>今日の学習の復習<small>ふくしゅう</small></li> <li>予習やまとめ<small>よしゅう</small></li> <li>新出漢字の書き順</li> <li>意味調べ</li> <li>詩や物語の視写<small>ししや</small></li> <li>テストの間違え直し<small>まちが</small></li> <li>算数のポイント など</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>日記</li> <li>行事のふり返り</li> <li>料理調べ、レシピ</li> <li>図鑑で〇〇調べ<small>ずかん</small></li> <li>歴史人物調べ<small>れきし</small></li> <li>おすすめの本紹介</li> <li>都道府県調べ<small>とどうふけん</small> など</li> </ul>

### ノートに書くこと

- ① 日付
- ② 時間
- ③ 何の学習をしたか
- (④ 振り返り・まとめ)



ページの下に、感想や分かったことまとめられるといいね！

さあ、自主学習を始めよう！



社会のメニュー (例)

日付と学習した時間を書こう!

何の学習をしたのかを書こう。

マスあけると見やすいね!

8 / 23	14:00 ~ 15:00
日高市の畑でできるもの	
○ 高麗川地区	高麗川地区は花や植木を作っている所が多くJA 中央販売所に出荷しているよ!
くり	
トマト	
ブルーベリー	
きく 花	
○ 高萩北地区	おはあちゃんに聞いたけど、昔、高萩北地区の旭ヶ丘はスイカの名産地。いろいろな所でスイカを売っていたんだって。牛の飼料になるトウモロコシも作っているよ。
キャベツ	
トウモロコシ	
くり	
トマト	
ナス	
スイカ	
ブルーベリー	
サトイモ	

社会では、

- ① 学習内容のまとめ → 分かったこと
- ② 学習内容をつなげる
  - ・自分の身の回りでは、どうかな?
  - ・世界や日本全体では、どうかな? と考えてみよう!
  - ・地図をかいてもいいですね。

気づいたことをメモしよう。

○ 高萩地区	家でトマトを作っているけど、あまりトマトを作るためには水はあまりあげない方がいいんだって
米	
トウモロコシ	
トマト	
くり	
キャベツ	
○ 高麗地区	自家のブランド作り
トマト	
ナス	
くり	
米	
〈わかったこと〉	
① 高萩や高麗は、川があるから、米が作れる。	
② 今、日高市では高麗川マロンをブランド化して、東京にも出荷している。	
③ 新しい名産として、ブルーベリーの生産にも力を入れている。	

分かったことを自分の言葉でまとめているね!

キラキラ-を作ってもOK!

算数のメニュー (例)

日付と学習した時間を書こう!

7月11日 16:00~17:00

学習すること  
今日の授業の復習(拡大図)

2倍に拡大した三角形DEFをかこう。

感想: 拡大図のかき方が分かってきました。

何の学習をしたのかを書こう!

図を描くときは定規を使おう!

自分で学習したことを生かしてオリジナルの図を考えたいいよ。

分度器を用意しよう (必要道具)

グラフ紙など貼ってわかりやすくまとめることができる

計算問題の場合

学習すること: 分数わり算

①  $3 \div \frac{2}{8} = \frac{3 \times 7}{8 \times 2} = \frac{21}{16}$

②  $8 \div \frac{3}{9} = \frac{8 \times 3}{9 \times 4} = \frac{24}{36}$

③  $8 \div \frac{3}{9} = \frac{8 \times 4}{9 \times 3} = \frac{32}{27}$

問題: 4 dlのペンキで、板を5 m<sup>2</sup>ぬれました。このペンキ (dl) ならば、板を何 m<sup>2</sup>ぬれますか。

式  $x \times \frac{3}{4} = \frac{2}{5}$

問題と問題の間は1マス空ける

問題  
図(数値線)  
式  
セット

# 算数 5年生 自学ノート

授業の復習となる  
問題を書く。

数直線に  
記入する  
矢印をいぼる

式を

7月11日 16:00~17:00  
学習すること  
小数のわり算の復習

**文章題**

**問** 6.3mの重さの鉄のぼうがあります。この鉄のぼう1mの重さは何kgですか。

数直線に表わすと

式に表すと

$$\square \times 6.3 = 7.56$$

$$\square = 7.56 \div 6.3$$

**計算**

$$\begin{array}{r} 6.3 \overline{) 7.56} \\ \underline{63} \phantom{0} \\ 126 \\ \underline{126} \\ 0 \end{array}$$

① ② ③

**やり方**

- ① 小数点を右にずらす
- ② 計算する
- ③ 商の小数点はわられる数にそろえてつづ。

**式から問題作り**

式  $2.38 \div 1.7$  で問題を作ろう。

**問** 2.38Lで1.7mぬれるペンキがあります。このペンキ1L分では何mぬれることができますか。

紙として、  
自分で  
式を基に  
問題を作成  
する。

自分で立式した  
もの、数直線に  
示して、解くこと。

理科のメニュー (例)

- ① 学習した内容のまとめ
- ・自分なりにまとめを作ってもよい

- ② 学習したことをつなげる

- ・仲間探し
- ・他の物と比べる
- ・色々な考えを書き出す

今日学習したことを思い出して、  
( 知らなかったことが、分かったこと )  
まとめてみよう!!

- ③ 調べてみたいと思ったこと

①と②で疑問に思ったことを  
調べてみてもいいね👍

日付と時間を書く

8/23 16:00 ~ 17:00

学習内容を  
書く

学習した  
内容を  
まとめる

色んな  
動物と  
図を比べ  
みる

調べて  
みたいと  
思ったこと  
を書く

まとめて  
分かったこと  
を書く

<呼吸のはたらき>  
肺などで酸素を取り入れて、二酸化炭素を出すことを呼吸という。

ヒト イヌ

酸素 酸素

肺 肺

フナ

酸素 二酸化炭素

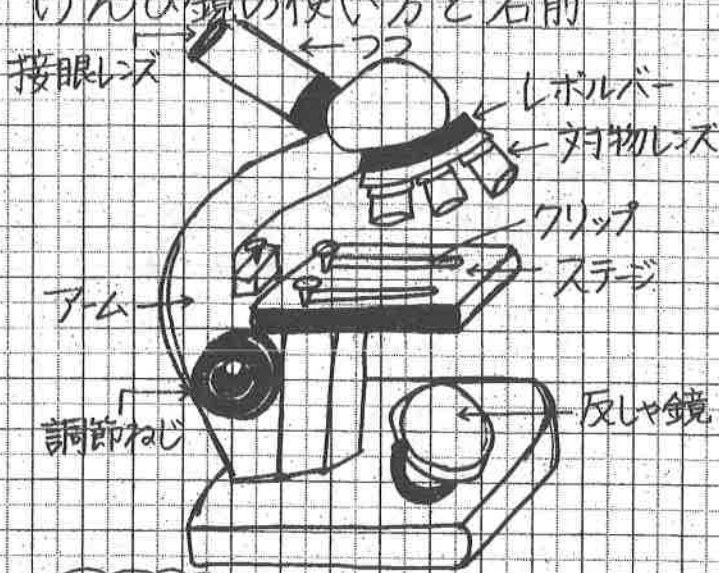
①他の動物の呼吸はどうなっているのだろうか?

②ヒトとイヌは、肺で呼吸をしているが、フナはえらで呼吸をしている。(えらで酸素を取りこむ)

日付と学習の時間をかく。

学習内容をかく。

8/23 16:00~17:00  
けんび鏡の使い方と名前



写真をコピーして貼ってむよい。

線でかこむと見やすいね!

ポイント




- ①対物レンズはいちばん低い倍率からにする。
- ②両手ではこぶ。
- ③日光が直接あたらないところで使う。

けんび鏡をみてみたいもの

(①かえるの卵 ②かみの毛 ③トシボの羽 ④しもん)

## 実験のまとめ

8/22 16:00~17:00  
風のはたらき(理科)  
→8/22の授業のまとめ

- ・風なし  うごかない
- ・弱い風  → みじかいまわり
- ・強い風  → 長いまわり

◎風には、ものをうごかす力がある。風が強くなると、ものをうごかす力も強くなった。だから、車は遠くまで走った。

☆風のはたらきの利用...調べてみた。

- ・風鈴
- ・たこあげ
- ・風車
- ・せん風

☆家の人と風の話をしました。お父さんは「風のはたらきで電気を作ることができる」と教えてくれました。今度、調べてみます。

分かったこと

調べてみたこと

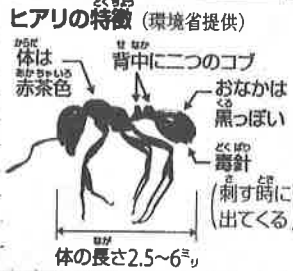
自分の言葉でまとめているね!



わくわくメニュー (例)

気になるニュースについて調べてみる!

気になるニュース

7/11	18:00 ~ 19:00
最近のニュースから...	
<b>危険ヒアリ!!</b>	
<p>ヒアリの特徴 (環境省提供)</p> 	<p>★おしりに毒針!! 火蟻と書くくらい、さされたらやけどしたような痛み</p> <p>★見つけたら... 絶対にさわらない!! 国や市役所に通報する!!</p> <p>★どこにいるの? 海外から荷物がくる港</p>
<p>感想</p> <p>とてもこわい蟻が日本に入ってきました。日本に住みかかせないために殺虫剤などで対応が進められているが、色々なところで見つかっているので、こわいと思った。虫を見つけるといつもすぐさわってしまうけれど、気をつけたいと思った。</p>	

新聞の切りぬきをはいてもよい

丸うすをするのではなく、自分なりにまとめる。

感じたこと考えたことを書く。

感想やまいたこと、失敗、次に生かしたいこと


気になる料理を作ってみよう!

料理 (レシピ)

他にも...  
 ・家のお手伝いのこと  
 ・そうじのポイント  
 ・洋服の着方  
 ・ずい住まい方など

7/11	17:00 ~ 19:00
ミネストローネを作ってみよう	
材料 (4人分)	
・ベーコン	50g
・キャベツ	2~3枚
・たまねぎ	1/2コ
・ミニトマト	7コ
・はんぺん	1/4本
・マカロニ	20g
・セロリ	1/5本
・はんぱく	1かけ
・塩	小さじ1/2
・ガラスープ	適量

作り方



ポイント

- ① しっかり野菜をいためるとあまさがでておいしくなる。母から
- ② 弟の育てたミニトマトを使った。

感想

手伝って作ってみたらとてもおいしくできた。家族もよろこんでくれました。野菜がたくさん食べられるのがこからもういっしょにスープを作りたい。

ミニ知識

×キノコが作られ始めた夏が旬の野菜。ビタミンやリコピンが入っていて、病気になるにくい体になれる。

作り方もかんたんに書こう

コツやポイント、わかったこと

栄養や不思議に思ったことを調べて、勉強をしていくのもいいね!

まだまだあるよ!  
身近なところから  
テーマを探してもOK.

17100-20100  
家の人の健康を調べよう。  
①お父さん  
②お母さん  
③お兄さん  
④お姉さん  
⑤おじいさん  
⑥おばあさん  
⑦お友達  
⑧おペット  
⑨お先生  
⑩お医者さん  
⑪お警察さん  
⑫お消防さん  
⑬お郵便屋さん  
⑭お電気屋さん  
⑮おガス屋さん  
⑯お水道屋さん  
⑰おコンビニ  
⑱おスーパー  
⑲おドラッグストア  
⑳お美容院  
㉑お歯医者さん  
㉒お歯医者さん  
㉓お歯医者さん  
㉔お歯医者さん  
㉕お歯医者さん  
㉖お歯医者さん  
㉗お歯医者さん  
㉘お歯医者さん  
㉙お歯医者さん  
㉚お歯医者さん  
㉛お歯医者さん  
㉜お歯医者さん  
㉝お歯医者さん  
㉞お歯医者さん  
㉟お歯医者さん  
㊱お歯医者さん  
㊲お歯医者さん  
㊳お歯医者さん  
㊴お歯医者さん  
㊵お歯医者さん  
㊶お歯医者さん  
㊷お歯医者さん  
㊸お歯医者さん  
㊹お歯医者さん  
㊺お歯医者さん

日付、ページ 体力について

7/11 16:00~17:00  
新体力テストの結果から自分の体力をまとめよう。

50m走  
自分 9.80秒  
県平均 9.68

握力  
自分 20.0kg  
県平均 16.55

長座体前屈  
自分 33.9cm  
県平均 33.87

20mシャトルラン  
自分 60回  
県平均 57.1回

身体ぶくろ  
自分 23回  
県平均 21.1回

ソフトボール投げ  
自分 20m  
県平均 22.0m

立ち幅とび  
自分 159.5cm  
県平均 156.4cm

反復横とび  
自分 42点  
県平均 44.03点

自分の結果と県平均をくらべてみよう。

結果から感想を書いてみよう。

ほとんど県平均と同じだったけど、ソフトボール投げの記録をもっと上げたかった。練習しようと思う。

50m走のタイムが昨年より1秒ちがんだのでうれしい。

① ボールを正しくにぎる ② 手をFから上に大きくひく

③ 投げるほうにまっすぐ出す ④ 上から前に大きく回して投げる。

⑤ 投力アップの4つのコツ

自分の結果と県平均をくらべてみよう。

結果から感想を書いてみよう。

どうすればもっとよくなるか方法を調べてみよう。

日付、ページ 自分の体について

7/11 16:00~17:00  
健康診断の結果から自分のからだをまとめよう。

視力  
右A、左B

身長  
140.5cm

耳力  
異常なし

体重  
35.8kg

歯  
乳歯1本  
永久歯1本

尿  
異常なし

眼科  
異常なし

耳鼻科  
耳垢

自分のデータを記録してしよう。

イラストをかいてみてもいいね。

① <今年の健康診断から分かったこと>

- ・ 昨年より 5cm 背が伸びた。体重も3.2kg増えた。
- ・ おし歯が2本あった。 ・ 耳垢があった。
- ・ はじめて視力が左目がBになった。

② <これから> テレビ、ゲームのしすぎが原因で背が伸びる。おし歯があったので、すぐに歯医者へ行くと思った。これからは毎日歯みがきをしようと思った。

自分のデータを記録してしよう。

イラストをかいてみてもいいね。

昨年の結果と比較してみよう。

結果を見て、これからどうしていかを考えてみよう。