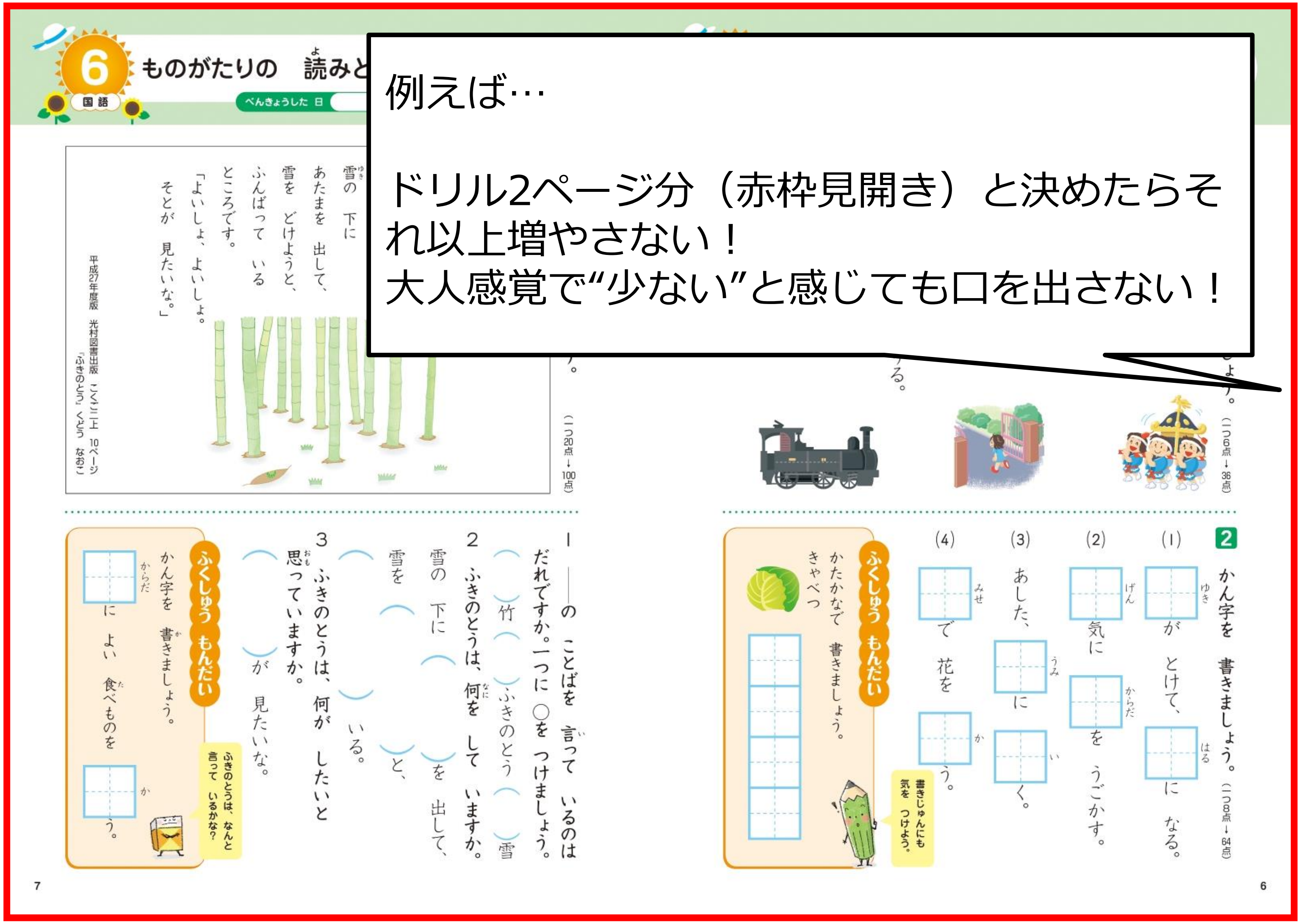
準備

1.　1日分の宿題の目標（ゴール）を子どもと一緒に決める！



例えば…

ドリル2ページ分（赤枠見開き）と決めたらそれ以上増やさない！
大人感覚で“少ない”と感じても口を出さない！

準備

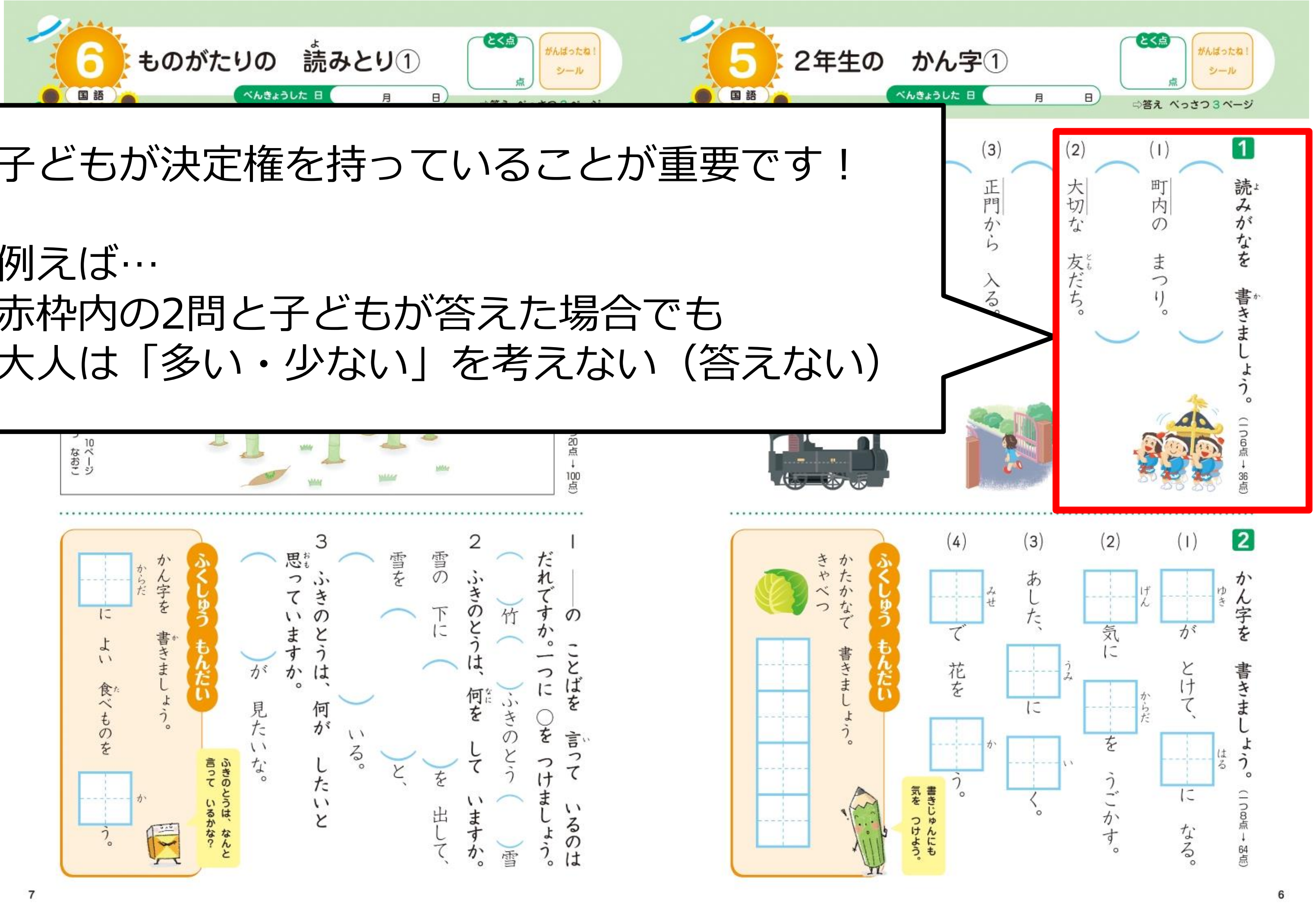
2.　タイマーを５分に設定する。

お互いに5分が理解できるのであれば、どんなタイマーでもOK！
お互いの認識を合わせることが重要です！

受験勉強などのシーンでも使用されているタイマーもあるみたい…

準備

3.　５分でできそうな範囲を子どもと一緒に決める。



5 2年生の　かん字①
国語　べんきょうした 日　月　日
とく点　点　がんばったね！シール
⇨答え べっさつ３ページ

1 読みがなを　書きましょう。（一つ6点→36点）
(1) 町内の　まつり。
(2) 大切な　友だち。
(3) 正門から　入る。

2 かん字を　書きましょう。（一つ8点→64点）
(1) □（ゆき）が　とけて、□（はる）に　なる。
(2) □（げん）気に　□（からだ）を　うごかす。
(3) あした、□（うみ）に　□（い）く。
(4) □（みせ）で　花を　□（か）う。

書きじゅんにも　気を　つけよう。

ふくしゅう　もんだい
かたかなで　書きましょう。
きゃべつ

6

6 ものがたりの　読みとり①
国語　べんきょうした 日　月　日
とく点　がんばったね！シール

10ページ　なおこ
20点→100点

1 ――の　ことばを　言って　いるのは　だれですか。一つに　○を　つけましょう。
（　）竹　（　）ふきのとう　（　）雪
2 ふきのとうは、何を　して　いますか。
雪の　下に（　）を　出して、
雪を（　）と、（　）いる。
3 ふきのとうは、何が　したいと　思って　いますか。
（　）が　見たいな。

ふくしゅう　もんだい
かん字を　書きましょう。
□（からだ）に　よい　食べものを　□（か）う。

ふきのとうは、なんと　言って　いるかな？

7

子どもが決定権を持っていることが重要です！

例えば…
赤枠内の2問と子どもが答えた場合でも
大人は「多い・少ない」を考えない（答えない）

宿題開始

1.　タイマーをスタートさせて宿題を開始！

時間内にすべて終わらなかったら…終わらなくてもOK

次の範囲を決める時にできなかった分を含めてみると良い

途中で集中が切れた時は…机に向かっている姿勢のみでOK

5分が長いようだったら3分に変更！

宿題が終わったら…

2.　「ちょっと休憩しよう」…と言いながら次の範囲を決める。

次の範囲を決定しながら休憩をはさむ（2分くらいがベスト）

時間内にできなかったところがあればそこから始める！

答えが分からないものは問題を飛ばしてもよい！

ポイント（次の範囲の決め方）

- 時間内に指定した範囲内の宿題が終わっている　→　初回と同じ量を設定する。大人から量を増やす提案は（絶対に）しない
- 時間内に指定した範囲内の宿題が終わっていない　→　次はどれくらいにするか尋ね、場合によっては大人から量を減らす提案もしてみる（無理に提案を押し付けない）

最後に…

集中が切れたら途中であっても終了する！

本人にエネルギーが無ければ継続はできません！

そもそも宿題が苦手なお子さんはエネルギーが少ないことが多いので、1日分の宿題の目標に届かない時があります。

目標に届かなかった場合は、朝・昼・晩の3回に分けるのも一つの方法ですが…

本人が頑張れるエネルギーが残っている（溜まっている）時にしてあげてください。