

## STEP 1 学習計画を立てる

《ポイント》

① 定期試験 1週間前までにテスト範囲(学校ワークやプリントなど)が終わるような計画を立てる。

※ 学習計画表に部活動などの予定も書き加え、試験2週間前からの計画を考えよう！

② 計画を立てるときは、学習時間ではなく学習内容に重点を置く。

※ 具体的なページ数まで書き込むことが重要！

③ 1科目を何時間も勉強すると集中力も切れ、効率ダウン…。

バランスの良い学習を意識しよう！



初めは、学習計画が上手に立てられなかったのですが、塾の先生と一緒に考えました。(中3・Aさん)

自習室や家で勉強するときは、計画表を必ず机に置いて取り組みました。(中2・Tさん)

### ◆ 学習計画表 ◆

◆ 学習計画表 ◆						
		学校 年			氏名:	
日付	行事・部活等	国語	社会	数学	理科	英語
/ 日( )						
9/1日(金)			学校ワーク P45~48		学校ワーク P36~39	
9/2日(土)		学校ワーク P34~36		学校ワーク P25~28		学校ワーク P33~34

## STEP 2 学習計画を実行

《ポイント》

① 1日の終わりに必ず「振り返り」を行い、達成度がわかるよう印をつける(○、△、×など)。

※ △や×のついたものは、再度学習計画に組み込もう！

② 同じ内容でも、タイマーを活用し時間を意識して取り組んだり、行う科目の順番を入れ替えるなどの工夫をすることで、計画通りの内容ができるようになる。

タイマーを使うとダラダラと勉強をすることがないのでお勧めです。(中2・Mさん)

計画通り進められないこともたくさんあり大変でしたが、先生のアドバイスを聞いて諦めずに頑張りました。(中3・Rさん)

/ 日( )						
9/1日(金)			●学校ワーク P45~48		●学校ワーク P36~39	
9/2日(土)		●学校ワーク P34~36		▲学校ワーク P25~28		●学校ワーク P33~34

明日残り1ページ  
終わらせる！

③ 学習計画表はもちろん、学校ワークの点検(5科目)を1週間前に先生にしてもらうことで、新たな課題が発見でき、勉強に優先順位をつけられる。

## 学校ワークチェック表

☆シールの色

・2週間以上前… ★

・1週間前… ●

・その他… ●

☆「回数」の欄には、学校ワークを解き直した回数を「正」の字で講師が記入。【目標は3回!!】

氏名	学年	国語	回数	社会		回数		理科	回数	数学	回数	英語	回数
				歴史	公民	歴史	公民						
〇〇 〇〇	3	★		/	●			★		★		●	
△〇 〇△	3	●		/	★			●		●		★	
	3			/									

塾に掲示している『学校ワークチェック表』では、他の人たちの頑張りも見られるので、勉強のモチベーションが上がります。

(中3・Oさん)

学校ワークを先生に点検してもらえるので、苦手な教科も後回しにせず取り組むことができました。(中1・Dさん)

学校の進度と一緒に学校ワークを進めると、ゆとりをもった学習計画が立てられるのでいいですよ!(中3・Tさん)

### STEP 3 定期試験1週間前は苦手科目・単元を徹底的に復習

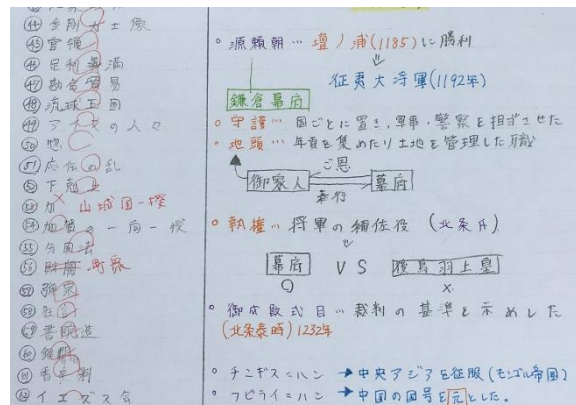
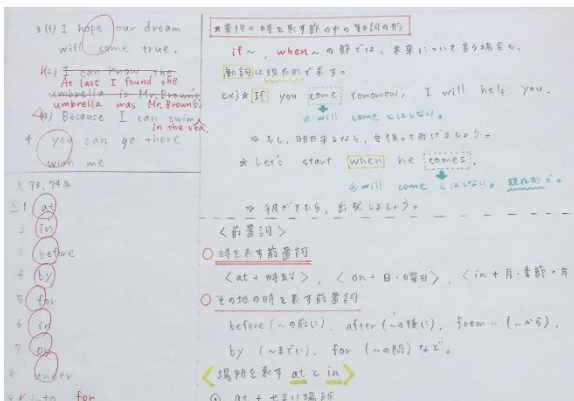
≪ポイント≫

① 学校ワークやプリントで1度間違えた問題や不安が残る問題は残り1週間で徹底的に復習。

※ 単純に答えを暗記するのではなく、解法手順を覚えたり問題文のキーワードを頭に入れるなどして記憶に残る勉強を!

② 2度目に挑戦しても間違えた問題は、少し時間をあけて再度挑戦! 解き方がわからない問題や覚え方のコツがつかめない場合は、一人で悩まずぜひ質問してください。

### 自主勉強ノートを手前に活用した例



正しい方法で学習する習慣を身につけよう!!