

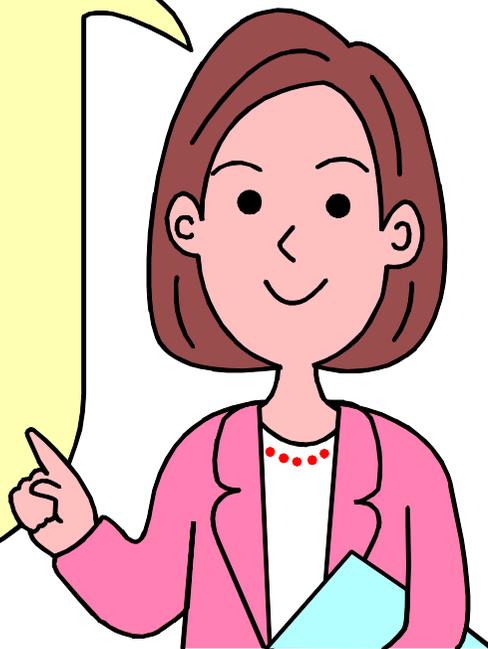
今日テスト発表!

~テスト計画をたてよう!~

テストで満足のいく結果を得るためには、作戦(計画)と準備(テスト勉強)がいります。思いつきで勉強したり、その日の気分で学習内容を決めていたのでは、全ての範囲を勉強することはできませんよね。なかなか、最初から上手に計画をたてたり、良い勉強方法が見つかったりするとは限りませんが、早いうちに自分にあった学習のペースと勉強方法を身につけるためにも、早速テスト計画をたててみましょう。そこで

うまくテスト計画をたてる
コツを紹介します

テスト範囲表をみて、教科ごとにやらなければならない具体的な内容を考える。
全教科見直しができるように計画する。 **ムラがない**
計画は狂うものです。ゆとり(予備)の時間を作っておくと良い。 **ムリがない**
(習い事や、家の手伝い、約束など、はじめから入っている予定を計算に入れておこう。)
なるべく、就寝・起床時間はいつもと同じ時間にする。テレビや遊びの時間を学習時間にまわすようにしよう。 **ムダがない**
睡眠時間は十分とるよう計画する。体調を崩さないようにする。
今日、何をするのかひと目でわかるような、具体的な内容にする。ワークのページ数などをきちんと入れよう。
(机の前に座って、「さて、今日は何をしようか?」と、考えているようではダメ。)
休日をもどのように活用するかが明暗を分けます。
計画が狂ったら無理をせず、計画のたて直しも必要。
何より計画通りにできたという充実感を味わおう。



努力とは...

- 一、日々計画的に積み重ねていくこと
- 一、今以上にすばらしい自分を作ること
- 一、目標に向けて挑戦すること
- 一、決してあきらめないこと
- 一、自分の弱さに打ち克つこと
- 一、心の底から取り組むこと
- 一、自分の可能性を信じること
- 一、“できない”を“できる”にすること

さてさて、簡単そうに見えて、難しいですね。この前の「がんばる」と言うことと合わせて、少しずつでも、努力やがんばりが自分の中に増えてくるようにしたいですね。

当然のことだけど、このまるっきり反対側にあるのが、「あきらめる」と言うことです。「自分はこんなもんだ」なんて考えて、やるべきこと・やれる

ことをやろうとしないのは、結局はあきらめてしまっているのですよね。勉強なんかにしてもそうでしょうし、部活動にしてもそうでしょうね。自分で自分の「限界」を決めてしまうのはだめですよ。



- 1: 計画表を馬鹿にしてはいけません! 無計画での成功はない!
- 2: 科目ごとに勉強方法を変えるんだ! これは効果絶大!
- 3: 先生に質問に行くのは恥ずかしいことではない! どんどん質問に行け!
- 4: 睡眠中に覚えたことが定着する。睡眠をきちんと取るように! 夜更かしは逆効果だ!
- 5: 朝ご飯を抜くと脳が活性化しない! 朝食を絶対にとれ!

テストが返ってくると、問題用紙を見ながら「テスト直し」をします。今までの学習の中で、自分が理解できてなかったのはどこかがわかります。つまり、定期テストは授業の定期検診なのです! 結果がでて何もしない...それでは悪いところがどんどん悪くなります。きちんとやり直ししましょう!

一番いいのは日頃から健康に気をつけるように、日頃の授業を大切にすること。これがやっぱりなにをおいても基本ですね。



定期テストに向けて

次のようなことを意識して学習すると

うまくいくのではないかと思います。

最後の日から計画を立てる

定期テスト最終日から計画して、さかのぼって、1週間前のところまで計画を立てましょう。

その日に学習すべき内容を振り分ける

毎日、その日になってから学習する内容を考えるのではなく、1週間でどれだけのことを学習するのか、まず全体の計画を立てましょう。

一つの教科に、最低30分以上、 だいたい1時間を割り当てる

定期考査前の学習では、細切れの学習よりも、集中型の学習をするべきですから、最低でも30分単位、だいたい1時間~2時間ぐらいを一つの教科にあてましょう。

教科の組み合わせを考える

どんな教科を学習するか。これは非常に大切です。「得意な教科」と「苦手な教科」、「暗記中心の教科」と「考えることが中心の教科」、「理数系の教科」と「文系の教科」を組み合わせてみましょう。

また、「基本的な学習」と、「応用型の学習」を組み合わせるのも良いでしょう。

例えば、「漢字練習」を1時間した後、「英単語練習」を1時間しても、あまり効率的に覚えられとは思えませんし、あきて、疲れてしまいますよね。

目標点を決める

ただなんの目当てもなくやっても、もう一つやりがいのないものです。自分の「目標」や「目標点」を決めて、それを目指してみましょう。

外 1 教科集中型学習

まだ、最初のテストですから、今回のテストは、一つの教科だけを集中的に学習するという方法もとれます。これは、今まであまりテスト勉強などに力を入れられなかった人にはお勧めの方法です。

ただし、一教科だけに絞るのだから、100点満点を目指した学習で、かなりの時間を費やしてみるという意味ですよ。中途半端な時間で一教科だけやるのは、無意味ですから。念のため。

