

# 「自己学習力」をつけるために!!

## 「け・て・ぶ・れ」サイクルに取り組もう!

け(計画)

自分で学習目標を立てる。  
そして、目標にむけての学習計画をつくる段階。  
⇒ **簡単なものでよい!**  
目標や計画は、具体的な言葉で示す!

て(テスト)

ひとつのサイクルと  
かんがえてもいいよ

自分で計画に沿って、学習してみる。  
その学習のなかで、自分の理解度、暗記度、正確さなど、どれくらい  
できるようになったか確かめる段階。  
テスト問題や範囲が決まっていれば、同じ問題や学校の問題集、さら  
には、まとめの問題ページなどをやってみる。  
⇒ **ここで、答え合わせを丁寧にすることがポイント!**  
「まちがいを大切にする!」★まちがいは宝物!★  
できることがわかるのも大事!

ぶ(分析)

「テスト」のサイクルで自分の今の力を試してみたら、その結果を分析  
して、できること、できないこと、苦手なところなどを探り出す段階。  
⇒ **ここが深堀!**  
どうして間違ったのか? どの段階で間違ったのか?  
わかったことか、わからなかったことか  
どうすればまちがわないようにできるかなど分析する。自分の間違い  
方、傾向を知ること。もっと学習したいことなどを自分で知る。

れ(練習)

最終的に、ばっちり!になるまで練習をする。  
この範囲や問題の中では、できないこと、わからないことがないよう  
にするまで練習する。努力とトレーニングの段階  
では、もうすでにできる人は、関連学習や応用問題に挑戦したりす  
る。もう一つ先の学習を進めるのもあり。  
⇒ **練習方法は、無限大!**

覚え方は、いっぱい書く人、ぶつぶつ何度もいう人、何度も同じところを  
読む人、イラストにしたり、図にしたりして整理する人、など人それぞれ  
だよ

ステップ・アップ・ノートをうまく活用しよう! 学習をこのサイクルでチャレンジ!