

学力のプロテイン

～宝泉中 学習通信～NO. 1

G. W. も過ぎ、いよいよ中間テスト。新学年の学習のリズムは掴めましたか？良いスタートを切るために、各教科共通 学力アップのためのポイントを紹介しします。ぜひ参考にしてください。



家庭での学習ポイント

中学校での家庭学習は復習がとても大切で、継続的な学習（家庭学習の習慣化）が重要となります。だらだらと長い時間をかけるより、集中して取り組むことも大切です。家庭学習のコツを紹介しておきますので、「どんなことをやればいいかな」「効率の良い方法はないかな」と迷うより、友達のマネからでいいので、まず行動しましょう！

家庭学習の5つのコツ

1 家で勉強する時間、場所を決めておく。

家庭学習を習慣化するためには、いつ、どこで勉強するかを決めることが重要です。塾や部活で家庭学習をスタートできる時間が違うと思うので、「何曜日は、何時に何処で勉強を始めるか」をしっかり決め、スタート時間を守って続けましょう。気持ちが乗らない日も、学習量が「0」にならないことが大切です。たとえ10分でも、5問でも毎日続けることが習慣化には重要です。

2 最初に「宿題」や「提出課題」をやる。

宿題を後回しにすると結局できなくなることがあるので、苦手教科でも宿題や提出する課題、ワークなどを先にやりましょう。宿題をすることで、授業の理解度も高まります。

3 その日の内に復習をすることが有効。

その日学校で習ったことをきちんと整理し、「知っていること」を「理解していること」「できること」にしましょう。成果がでない人は「知ったつもり」になっている人です。授業だけでは「知っている」状態の人が多数です。家で復習することで「理解」し、「できる」ようになります。成果を出すには「知ること」ではなく「理解する」「できる」ことが大切です。

4 勉強計画は「時間」ではなく、「量」で決める。

勉強は「時間」ではなく「勉強量」で区切りましょう。「今から、1時間やるぞ」「3時間やるぞ」と決める人が多いですが、勉強は「時間」より「何をどれだけやったか」の方が重要です。勉強量で区切るとは、「今日は数学のワーク、〇ページまでやるぞ」という考えです。やると決めたことところまでは、時間が多少伸びても必ず終わらせること。鉄則です。

5 教科書で勉強したら、必ず問題演習をセットでやる。

教科書で何か勉強したら、そのあとすぐにその勉強に関連した問題を解いて、しっかり頭に入れます。「ノートにまとめただけ」や、「教科書を読んだだけ」では、「できた気」になってしまっているだけです。勉強したらすぐに自力で類似問題を解く習慣をつけましょう。

学校での学習のポイント

- 1 先生の話や友だちの意見をしっかり聞き、自分の意見もしっかり伝える。
- 2 自分から進んで考え、学習内容は授業中に理解する。
- 3 ノートは黒板を移すだけでなく、先生の話やポイント、自分の考えのメモを書き込んでいく。
- 4 分からないことはそのままにしないで、解説や教科書を読んでから、先生や友だちに質問する。
- 5 授業中に今日、家で復習する箇所をチェックしておく。