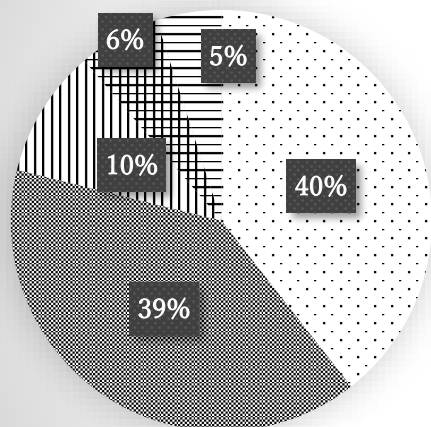




県総体が終わり、3年生はいよいよ進路実現に向けて本格的に動き出す時期になりました。進学を目指す人も、就職を考える人も、「受験スケジュール」に沿って一日一日計画的に過ごすことがとても大切な時期です。また、どの学年の人も期末試験に向けて準備を進めている頃だと思います。今回は期末試験に向けて、「学習」をテーマにとりあげます。3年生は進路実現のために、そして自分の学力をアップさせるために、また1・2年生は期末試験でよい結果を出すためにどのように学習に向き合っていくか、ここで少し考えていきましょう。

勉強についての現在の気持ちや状況（回答率が多かったもの）



- 頑張って成績を伸ばしたい
- 成績を伸ばしたいが方法がわからず悩む
- ▨ 勉強したくないがしかたなく勉強している
- ▩ 勉強が楽しくやる気に満ちている
- = 勉強は楽しくないがとにかく勉強している

上のグラフは、4月に実施されたスタディサポート「学習状況リサーチ」（3年生第1回）の結果です。さらに他の質問に対して、「学習について悩んでいる」と回答した人が55%もいました。学習の必要性を感じながら「効率よく勉強したい」とか、「成績をもっと伸ばしたい」という思いはあるけれど、「どのように学習したらよいかわからない」と悩んでいる人も多いのが現実のようです。学力を伸ばすためには学習の「量」と「質」のバランスがとれた良い学習習慣が身につけていることが大切ですが、学習の進め方のコツを体得することなしにただ教科書を開いてもなかなか結果がついてこないのではないのでしょうか。どのように学習を進めたらいいか悩んでいる人はぜひ、次のことをできるところから始めてみてください。

～良い学習習慣を身に付けるために実践したいこと～

- 👉 時間を決める…学習をスタートする時間、就寝時間と起床時間を固定させて、リズムよく時間を使おう！
- 👉 内容を決める…テスト範囲を確認して学習内容を明確にした学習計画を立てよう！テスト勉強で何をすべきかはっきりさせるよう！
- 👉 場所を決める…環境を整えて、集中して学習できる場所で学習を進めよう！スマホやマンガなど集中を妨げるものを遠ざけよう！

9日から学習時間調査が実施されています。自分の時間を見つめなおして、学習習慣を確立するチャンスにしましょう。時間をどう使ったかを記録して可視化すると、「この時間はもっと使えるな」と気づくことができ学習量を増やすことが可能になります。睡眠時間を削るなど無理をするのではなく、集中できる時間帯に勉強するリズムがつけばよい学習習慣となります。学習環境についての研究によると、使わなくてもスマホをそばに置いて学習する場合よりもそばに置かないで学習した場合のほうが成績が上がるということが明らかになっています。スマホが気になって集中できないという人は試してみてくださいはいかがでしょうか。

また、1年生で実施した「学習に関するアンケート」では、学習時間が30分以下の人の多くが「やる気がでない」という理由を挙げていました。「やる気」が出るのを待っていてはなかなか前に進むことはできません。むしろ、「決めた」ことを着実にやっていくうちに達成感と「やる気」が生まれてくるかもしれません。

～良い学習方法を実践していますか？（実践できていると思うものに✓してみよう！）～

- | |
|---|
| ☐ 計画を立てて勉強している |
| ☐ 勉強を始めたらず最後まで集中する |
| ☐ 何がわかってないか確かめながら勉強する |
| ☐ 理解できているか、覚えられているかを確認している |
| ☐ わからないところは先生に質問する |
| ☐ 間違えたところは必ずやり直す |
| ☐ 覚えることはくり返し書いて覚える |

「上手な勉強の仕方がわからない」と悩んでいる人はぜひ期末試験に向けて実践してみてください。どれもできているという人は、自信を持って学習を進めてください！もちろん、各教科担当の先生の指示に従うことも大切なことです。

学習方法がわかるようになると学習意欲が向上し、わかることやできることが増えるはずです。大切なのは、プランニング、メリハリ、モニタリング（自分の学習を客観的にとらえる）、見直し、反復です。これらのやり方で決めたことを途中で投げ出さず、粘り強くやり抜くことだと思います。生徒のみなさん、まずは期末テスト最終日までやり続けましょう！

保護者のみなさまへ ～「やる気」を出すために～

先日公表された「子どもの生活と学びに関する親子調査 2024」（東京大学社会科学研究所・ベネッセ教育総合研究所）によると、進路を深く考える経験は学習意欲を高め、学習行動を促進するということが明らかにされました。定期試験や各種模試、進路行事などのスケジュールを確認していただき、ご家庭でも話題にしていただけたらと思います。各学校のオープンキャンパスや学校説明会への参加もおすすめしたいです。目標が明確になれば、学習意欲がますます高まると思います。当面の行事予定表も参考にしてお話をしてみてください。また、今年度の「進路の手引き」もぜひお読みください。

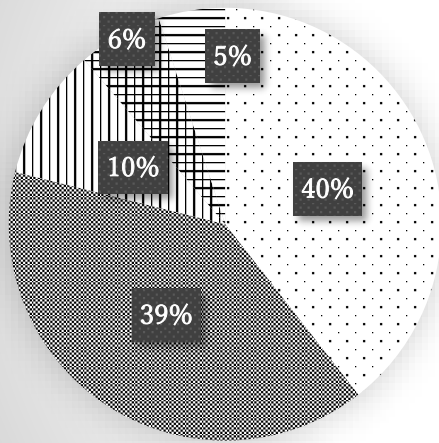
《参考資料》

「子どもの生活と学びに関する親子調査 2024」
「子どもの生活と学びに関する親子調査 2022」
（東京大学社会科学研究所・ベネッセ教育総合研究所）

～当面の行事予定～（進路関係分）

	1年生	2年生	3年生
6月14日			GTEC（希望者）
18～20日			大学別説明会
21、25日	学校開放日	学校開放日	学校開放日
23～27日	期末試験	期末試験	期末試験
30日	進路学習 LHR②		前期補習スタート
7月 7日	進路講演会	進路講演会	
9日	進研学力テスト	進研学力テスト	
10日	CDP①	CDP①	
25日	島根大学学部別説明会	島根大学学部別説明会	島根大学学部別説明会

勉強についての現在の気持ちや状況



- ⦿ 頑張って成績を伸ばしたい
- 成績を伸ばしたいが方法がわからず悩む
- ▨ 勉強したくないがしかたなく勉強している
- 田 勉強が楽しくやる気に満ちている
- ＝ 勉強は楽しくないがとにかく勉強している