

中学生のための 勉強法のすすめ

～その勉強法は、ほんとに大丈夫？～

勉強の方法がわからない生徒必見。失敗して落ち込む前にしっかり読んでおこう！

定期テストに向けての「対策5大原則」

その1. 定期テストとは情報戦だ

テスト範囲表はもちろんのこと、表に載っていないことで何が出題されるのかを知っておくことが最大の攻略法だ。例えば、同じ中学の同じクラスにいるAさんとBさんでは、Aさんは「このプリントから20点分出る」と知っているのに、Bさんは「そんなの知らない」という場合がある。より多くの情報を知っている者が、より多くの得点を取るのだ。情報を集めることが出来るのはあなただけで、それは他人には出来ないことだ。

先生が話したテスト範囲の情報はしっかりメモしよう。「知らなかった」ではすまされない。

その2. 学校のノートやプリントが最大の武器だ

金曜の夕方塾に来て「教科書やノートは全部学校」という生徒がまれにいる。そんな生徒は土曜・日曜いったいどうするつもりなのか？もちろん塾には練習問題ができる教科書準拠のテキストが山ほどある。しかし学校の先生の出題傾向やクセはノートやプリントから読み取るしかない。それらが無ければ、塾側からの指示もおおざっぱなものになってしまう。学校で使っているものは全て講師に見せるようにしよう。

テスト週間が始まる前に、全てのプリントや解答があるか確認しよう。ない場合はすぐにそろえよう。

その3. カバンには用意をいつも入れておく

こちらから渡したテキストや対策プリントを持ってこない、または1つの教科の用意しか持ってこない生徒がいる。理由は「カバンが重くなるから」「今日はノートまとめだけするから」「学校に忘れた」などさまざまだが、そのような用意では臨機応変な学習ができない。こちらからの追加の指示もスムーズにできない。小さなカバンで塾に来る生徒の成績は悪く、大きなカバンに用意を詰めこんで来る生徒の成績は良いのが現実だ。

必要か必要でないかはこちらが決める！カバンにはたくさん用意を詰め込んで来い！

その4. おくびょう者ぐらいがちょうど良い

問題を解いている時（特に実技教科）、「問題にはなっていないけど、この楽譜がテストに出たらどうしよう？」「漢字指定されたら自分はヤバイなあ」など、ビビリながら解くことが大切だ。難しいテスト問題を予想しながら学習することで、いろいろなパターンに出題に対応する力がつく。「自分はだいじょうぶだ！」と自信を持つことも大切だが、安心しすぎるのは良くない。おくびょうなくらいがちょうど良いのだ。

あなたが、「出題されたらヤバイ…」と思うものは何だ？いつもそれを思いうかべながら学習するのだ。

その5. きちんとした計画があってこそ効果がある

計算系科目とちがいで、暗記系科目には終わりが無い。覚える作業をいつまでも続けていると「気がついたら社会ばかりを3日連続でやってた」や、無意識に苦手教科を避けていて「明日の家庭科を何もしていない」なんてこともある。試験の日から逆算して計画をたて、どの教科もひととおり学習できるように配分しよう。

いきあたりばったりでは、良い科目と悪い科目がはっきり分かれる。バランスと計画が大切だ。

絶対にやってはいけない!! 15のまちがった自習法

① ひたすら教科書や参考書、ノートを読むだけ

もちろん教科書を読みこむことは大切だが、読むだけで頭に入るならば授業も練習問題もいらぬはず。**勉強した気だけになって、実際は何も覚えていない。**教科書を読んで内容を確認したあと、本当に覚えているか、練習問題などで確かめることが大切だ。教科書に蛍光ペンで線を引く生徒ほど試験結果もイマイチ。「試験勉強はいやだけど、とりあえず何かするか…」という生徒がしやすい最悪の勉強法。

② 試験直前になってノートまとめをする

ノートまとめは本来試験1週間以上前に終わらせておくべきこと。提出期限があるからといって、直前になってノートをまとめると、時間がかかる割に少ししか学習できない。色ペン・まとめの方法などを考えるうちにあつという間に時間が過ぎる。**おまけに試験後「あんなに頑張ったのに、点数が悪い…」と落ち込む原因**となる。特に女子生徒がやっとながちな致命的ミス。試験直前は問題を解くことが優先だ。

③ 教科書の図をそのままノートに描き写す

特に理科で、何十分もかけて教科書の図をそのままそっくりノートに描き写そうとする生徒がいる。顕微鏡の絵をノートにそっくり描くなど、**ただ絵に時間がかかるだけで時間の使い方としては最悪だ。**提出物の評価のためだとしても、学校の先生からすれば「誰にでもできること」「図を描いてページを埋めようとしている」と判断され、いい評価はもらえない。特に絵を描くことが好きな生徒がしやすいぞ。

④ 単語カードをつくるだけ、練習用のマスをつくる

たいていの生徒は、単語カードを作ってもそれを使って暗記するのは2~3回。試験が終われば2度と使うことはないだろう。**作ったことに満足し、最悪まったく使わない生徒も多い。**それに時間をかけるなら、塾の先生が用意した練習プリントにひたすら何度も書いて覚えよう。同様に「漢字練習のために定規で時間をかけてマスをつくる」も最悪。「まずは用意から始めなきゃ」とあせりだした生徒がしやすい間違った努力の代表だ。

⑤ 終了の条件を決めないでとりかかる

「20ページまでやる」「5時までやる」などの終了条件を決めないとやる気はおきない。「いつまでやったらいいんだ…」という**不安とストレスで勉強の効果はガタ落ちする。**長時間机に向かっているのに、やる気が出ずに進んだのは4ページのみ…などの最悪の事態となりやすい。『何百mかとりあえずがんばって走れ』と『100mがんばって走れ』、本気で走るのはどっちだ？

⑥ まとまった休憩をとる

基本的に自習や家庭学習で休憩は不要。軽食などは必要な時に短時間で済ませばいい。休憩すると「3時から再開しよう」⇒「やっぱり3時15分からにしよう」⇒「15分はキリが悪いから3時半から」⇒「もう4時でいいや」という**地獄のループをくり返すことになる。**また休憩することで高まった集中力がゼロにリセットされる可能性が高く、そうなるぐらいなら休憩しないで疲れるほうがまし。

⑦ 制限時間を意識しないで練習問題を解く

テスト対策の学習と、実際のテストの大きな違いは「制限時間があるかないか」だ。だからゆっくり時間をかけて解いて正解しても、**本番のテストではあつという間に時間切れになり、「テストの後半は白紙」などの失敗につながる。**「この問題は20問だから、10分で解く!」などの目標を自分で設定するのだ。過去問題をやる時も同じ。時間をかければ、誰だって正解できる。スピードが大切なのだ。

⑧ テレビを見ながら・音楽を聴きながらする

たまに「テレビを見ながらでもはかどるもんね!」という生徒がいるが、それはただの思い込み。本当は「テレビを見なければ、もっとはかどっていた」のだ。**嫌なテスト勉強を別のことでごまかしているにすぎない。**また「ほどよい音楽があるほうが集中できる」という生徒も、ただ好きなアーティストの音楽を聴きたいだけの言い訳だ。きみはテスト中に音楽が流れているほうが集中できるのか?

⑨ 試験直前に配布されたプリントを丸暗記する

授業が上手でない先生ほど、「これさえ覚えれば60点は取れるぞ!」というプリントをテスト前に配る。勉強が出来ない生徒ほど、そのプリントを直前に必死で覚える。**短時間で覚えたものは短時間で忘れてしまうので、試験後はゼロの状態に戻る。**だからいつまでたってもその教科を理解できない。また他の生徒も同様に覚えてくるので、試験結果が平均点を上回ることは難しい。暗記以外の練習と、テスト後の復習が必要だ。

⑩ 1日に何教科も学習する

平日(学校から帰宅後)の科目数の限界は1日1~2教科。土日で各3~4教科。学校の授業と同じように1時間ごとに教科を変えては、広く浅い学習となりほとんど身につかない。**1つの教科に最低2~3時間のまとまった時間が必要だ。**「気分転換にちょっと他の教科をしようかな」という生徒が多いが、そもそも気分転換という軽いノリで始めた教科が身につくはずがない。

⑪ 問題を1回だけ解いて満足する

問題集などで解けない問題があるでしょう。あきらめて解答を見て「ああ、そうやって解くんだ」と納得し、赤ペンで書きなおして終了…。**そんな生徒は全く同じ問題がテストに出ても100%解けない。**1回目で解けなかったのは仕方ないとして、2回目以降を自力で解いてみるべきなのだ。何にも頼らずに解けて、初めてその問題をやりきったのだと思うこと。つまり問題集は同じ問題でも2周やるべし!

⑫ 何ページもまとめて最後に丸つけをする

問題集は1ページごと、不安ならその問題ごとに丸つけをしていこう。丸つけを後回しにすると、問題の内容そのものを忘れてしまう。「そもそもこの問題どんな内容だったっけ?」と思出す時間をもったいない。また問題集は「大問1の応用が大問2」という構成が多い。大問1を丸つけして正解かどうかを確認してから、大問2にすすむほうがずっと効率がいい。そうしないと**同じタイプの問題に何度もまちがうことになるぞ!**

⑬ 土日の時間をあてにする

「土日はたっぷり時間があるから、平日はほどほどにやっておこう」は危険な考え。**平日で頑張れなかったのに、自由時間と誘惑の多い土日に頑張れるはずがない。**逆に「せっかくの日曜なのになんで勉強しなくちゃなんのだ!」とイライラしてしまいがちだ。同様に徹夜に頼るのも良くない。もし土日・徹夜の勉強に失敗したら、もう取り返しがつかないぞ。平日こそ有効に使うべきなのだ。

⑭ 自分の部屋で、1人で勉強する

「1人のほうが集中できる」は勉強が大好きな人のセリフ。マンガ・ゲーム・スマホ・ふとんがある自分の部屋で勉強が出来るほどの精神力の持ち主はめったにいない。理想は大人の目が届き、勉強道具しかない静かな場所。リビング・塾・図書館・学校の自習室などを活用しよう。**誘惑を断ち切る精神力がないなら、自分を「勉強しかできない場所」へと閉じ込めろ!**

⑮ 初めから自分なりのやり方(我流)でつきすすむ

だれにでも「自分なりのやり方」がある。しかしそのやり方が本当に正しいのか確かめることも必要だ。**まずは講師のアドバイスを聞き、いろいろな人の勉強方法を見て、それをマネして、そのあとに自分にぴったりのやり方を決めよう。**スポーツを思い浮かべてみるといい。初めは上手い友人や兄弟、憧れのプロ選手のマネをするはずだ。初めから自分のやり方にこだわっているのは、勉強もスポーツも上達などしない。

では、教科ごとにどうすればいい？傾向と対策は…

数学

配点の低い基本問題、配点の高い応用問題がある。
応用問題ができないとかなり危険。20～30点を失うこともあるぞ！

対策

基本問題は日常から練習しておく。そうすれば試験前に応用問題をする時間と余裕ができる。学校から試験対策としてもらうプリントは基本問題中心なので、そんなプリントは早めに終わらせてしまおう。そしてテスト対策の練習の時も、必ず時間を気にしながら解くのだ。ゆっくり解くクセがついてしまうと、本番でもゆっくりでしかできないぞ。

英語

教科書内容がカンペキでも高得点は難しい。
リスニングと英作文の配点が高い。初見の読解問題も出るぞ！

対策

まずは教科書の英文をまるまる覚えるぐらいに慣れておくこと。それだけで70点は確実に取れる。もちろん日本語も頭に入れておこう。最近はリスニングや英作文の割合が非常に多い。だから教科書の文法を使って自分で英文を作る練習が必要だ。習った文法を使って、自分でイチから文を作る練習をしておこう。

国語

100点を取るのには難しいので、いかに点数を逃さないかがポイント。
漢字・語句での得点は結構大きい。

対策

授業をちゃんと聞いていれば「ああ、ここ試験に出そうだな」というポイントがわかる。漢字などは日頃からしっかり練習すれば大量得点ができる。まずは教科書の本文を十分に理解し、読解問題や過去問題で出題の傾向をつかもう。他の中学校の過去問題もおおいに役にたつぞ。塾でもらったプリントをしっかりとっておこう！

理科

高校入試問題レベルに近いものがフツーに出題されることも。
語句の暗記だけでは不十分。文章問題に慣れておこう。

対策

意外とやっかいなのは文章問題。計算方法や語句はわかっているけど、文章問題であれこれ一度に問われると解けない生徒が多い。教科書の写真や図を見て、実験や観察の説明を読み取る練習をすべし。同じ練習問題をできるまでくり返すのも良いが、解答を丸暗記してわかった気になってしまわないように。授業のプリントからの出題も多いぞ！

社会

地理・歴史・公民とも先生の趣味がよくあらわれる。
問題数が多いので、できるものからテキパキ解くことが大切だ。

対策

どの学校も社会の先生はマニアな人が多い。授業中に先生が何気なく話したエピソードや、ビデオで見た内容から出題されることも。そして学校から配布されたプリントが一番役に立つ。ある程度暗記したら、ノートまとめばかりせず、どんどん問題を解いていこう。試験前は1問1答式の練習で覚えるまでやりこむと良いぞ。

実技教科

何が出題されるかをきちんとメモしておこう。試験範囲表にのっていないことも多い。過去問題を見てから、暗記するようにしよう。

対策

実技教科については、まず過去問題を見て「どんなふうに出題されるのか」を知ってから試験勉強したほうが良い。手当たり次第に勉強しても、時間ばかりが過ぎていく。そして、何が出題されるのかを授業中にしっかり聞いておくことも大切だ。もちろん、実技（提出物や制作など）にも、ふざけずにしっかり取り組んでおくのだ。