

受験生だけじゃない！高1・2生にも大切な

夏休み40日間の過ごし方

夏休みにぜひやっておきたいこと、それを実践するためのポイントを、紹介します。長いようであっという間の40日間。学習計画・目標をしっかりと立て、自分の可能性にチャレンジする有意義な夏休みにしましょう！！

夏休みを有意義に過ごすための **3つのポイント**。

1 Schedule 計画倒れしないスケジュールを立てよう

2 Rhythm 毎日の生活リズムを整えよう

3 Quality 集中して学習しよう



1. Schedule...計画倒れしないスケジュールを立てよう

夏休みを漠然と過ごしてしまわないように、夏休みに入る前に学習計画をしっかりと立てておきましょう。ここで大事なことはあれもこれもと詰め込みすぎたしまわないこと。自分に無理のない範囲で学習に臨みましょう。

ここでは具体的な学習計画の立て方を紹介します。**3ステップ**で自分にピッタリな学習計画表が作成できます。ぜひ参考にしてください。

①「夏休み40日間」の学習目標を決めよう！

まずは学習目標を決めましょう。「英語をがんばる！」といったあいまいな目標ではなく、「英単語500個覚える」「苦手な“数列”“ベクトル”を克服する」「物理〇〇問題集を2回繰り返す」といったように具体的な目標を立てるとよいでしょう。

② 週単位の学習計画を立てよう！

40日間を6週間に分割することで、夏休みのスケジュールが立てやすくなります。第1週目は英語の文法、数学の確率の復習をするなど、大まかなものでかまいません。最終週は総復習にあてましょう。自分が間違いやすい問題や見直したい項目にあらかじめ印をつけておき、夏休みの最後にそれらを見直したり解き直したりすることで知識をしっかりと定着させましょう。

③「週達成タスク」を決めよう！

②で決めた計画に沿って達成タスクを決めましょう。

英語文法を仕上げる週であれば「〇〇問題集の●ページ～●ページを解く」というように、具体的に何をやるのかを挙げていきます。英単語のように毎日行う課題があれば、あわせて書き出し、1日の学習量を把握しましょう。

達成タスクを書き出したら、1週間で達成できる分量かを見直してみてください。日曜日を予備日にして、達成できなかった内容を調整するくらいがベストです。もし分量が多い場合は、達成タスクに優先順位をつけて、優先度の高い順に行うと良いでしょう。

自分の速度にあわせて、常に計画の見直しをしながら学習を進めていくことで、計画倒れを防ぐことができます！

もちろん、ポイントで挙げた、**生活のリズム**を崩さず、**集中できる学習環境**を整えることも併せて行ってくださいね。

夏休みの講座等

- ・7/22(月)～31(水) 中学生勉強会
- ・7/22(月)～26(金) 高校生夏期講座第1クール
- ・7/29(月)～8/2(金) 高校生夏期講座第2クール
- ・8/5(月)～9(金) 高校生夏期講座第3クール
- ・8/26(月)～30(金) 高校生夏期講座第4クール

※自分の申し込んだ講座の時間・教室を確認しておきましょう。やむを得ず欠席する場合は、必ず保護者の方からのご連絡をお願いします。

- ・8/31(土) 模試(高3生対象)

中学生のみなさんへ

①勉強会(7/22(月)~31(水))を大切にしよう!

勉強会では、国数英の教科が習熟度のクラス展開を行います。その内容は、全国模試に向けての実力UPをメインとした学習となりますので、1日1日を大切にしましょう。

②夏休みの宿題は期限厳守で提出しよう!

宿題で、夏休み中の学習成果を測るという意味があります。提出しないものや期限を過ぎてしまわないように、計画的に取り組みましょう。

③前期7月までの復習をしよう!

学校の授業のない40日間は、自分のペースで勉強できる貴重な時間です。苦手を克服し、得意を強化するビッグチャンスですから、最大限有効活用したいものです。

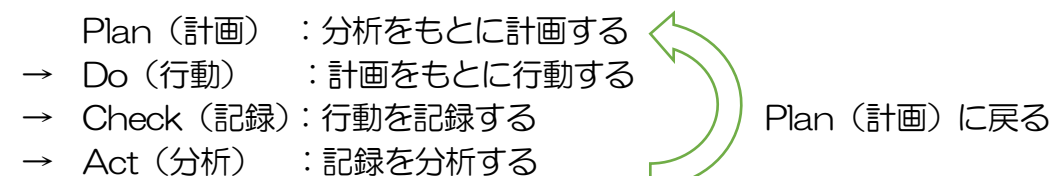
④9月以降の予習を進めよう!

復習を終えて余力のある場合は、是非とも予習をおすすめします。特に学校が始まる8月後半の約2週間には、学校の教科書内容を先取りしておきましょう。9月からの学校の授業内容の理解度が格段に上がります。当然、定期試験の結果にも反映されます。ちなみに第3回定期試験は、10/16(水)~18(金)※高校生のみ3日間となります。

手帳活用のススメ

中学生のみなさんは、手帳を活用していますか?中学2年生では、学年の取り組みとして、NORTY スコラ手帳を購入し、毎日の生活に活用しています。宿題の記入や、スケジュールの調整、メモなど、授業中や朝礼、終礼なので活用している生徒もいれば、中々うまく活用できていない生徒もいます。ぜひ、この夏、手帳を用いて「PDCA サイクル」を身に付けてみませんか?

- 目的: ①自学自習の定着
②PDCA サイクルの確立



記録の仕方: 手帳やカレンダーを用いて

- ①Plan (計画) 教科・内容・時間を記入しよう。
- ②Do (行動) 計画をもとに行動しよう。
- ③Check (記録) どれくらいできたか記録しよう。
- ④Act (分析) 記録を元に分析をしよう。
- ⑤Plan (計画) 分析を元に次の日のPlan (計画) 欄の教科・内容・時間を記入しよう。

