



普段のコツコツが大事

学習進路だより 1月号②



勉強法の工夫を共有するよ！(2)問題演習・周回 の巻

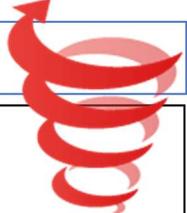
学力推移調査お疲れさまでした。さて、学年末テストに向けた学習計画はもう立てていますか？

今回は、(2)問題集の演習・周回の工夫編をお届けします。お悩み相談もあるよ！



01

問題集での演習・周回の工夫（テスト前だけじゃ足りないよ！）



①学校の問題集を何度もやる

- とにかく何度も解く
- 最低3回解く
- 印刷して何度もできるようにしている
- 市販の問題集に手を付けるのは、学校の問題集を何周もやってから

△学校での学習内容の確認には、学校で提供する問題集やワークブックが一番適しています。まずはその基礎からやりましょう。

(学校の問題集が基礎部分でも難しそう！という場合には、より早い市販の問題集から始めるのもよいのですが、その分やることが増えてしまうのがネックです。学校の問題集でわからないところを友達や先生に教えてもらう方が、効率は良いように思います)

△「わかる」だけでなく「できる」、さらに「ハッとする」状態にするためには、一回では多分難しいです。何回でもやるべし！

△普段から進めておけば、テスト2週間前には「わかる」「できる」が増えているはず。普段からやるべし。

△時間がない？ 時間は作りましょう！ 例えば英語の文法問題集のBasicの問題を4問だけなら、あまり時間はかかるないはず。

スキマ時間で自学できるように、小分けにして進めるのもおすすめです。まとまった時間を取りるのは難しいので！

②回数のこなし方

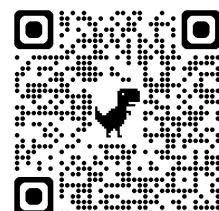
- | | | |
|---------------|--------------------|--------------------|
| A：1周目から自力でやる | (1周目)間違えた問題に印をつける | (2周目以降)印のあるものだけやる |
| B：1周目は補助輪をつける | (1周目)教科書や答えを見ながらやる | (2周目以降)自力でやる(Aに進む) |

△Aなら1周目、Bなら2周目で、①(制限時間内で)どれくらいできるのか(できないのか)を把握して、②そのうえで教科書や解答解説を熟読し、③自分が間違えた理由をしっかり分析して、④その間違いを繰り返さないための練習をしたり対策を考えたりする、という流れを作ってください。(Aで「できた問題は印を消す」人もいますが、後で「本当にできるか」チェックするには残しておくとよいかも。)

△問題集は数問ごとに答え合わせをするのがオススメ。問題をどうやって解いたのか、何を考えていたのかを覚えているうちに答え合わせをして、分析に生かしましょう。

③その他

- 間違えた理由を書いておく
- 小テストをAIなどに作ってもらう



↑

△理由を言葉にして書き留めておくのはとてもよい取り組みです！なぜなら、①言語化することで考えが明確になります。

②記録があれば後で振り返りやすくなります。それに③理由をわかりやすく書くことは、国語力アップにもつながります！

△間違えた問題の類題をAIに作ってもらうのはいいですね。適した問題が生成されるよう、入力の工夫は必要ですが。

※生成 AI は利用できる年齢に制限があり、かつ保護者の許諾も必要です。著作権や肖像権、個人情報の扱いなど、使い方には十分に注意してください。

参考:生成 AI はじめの一歩～生成 AI の入門的な使い方と注意点～(総務省) https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/special/generativeai/



02

(相談)提出物はどうしても終わらなくて、最後に一気にやるはめに……

◆まず、「どうして終わらないのか」、その原因を深掘りしましょう。人によって原因と対策は違うはず。例えば……

- ①終わりが遠く感じてめんどくさい ⇒ 大問1つ終わったらご褒美！ というように、課題を細分化して達成しやすくする
- ②やるべき作業の種類が多すぎて先延ばし ⇒ こちらも課題・作業を小さく分けて達成しやすくしてみよう
- ③楽しいことや目先のことを優先しちゃう ⇒ 誘惑してくるものを遠ざける、やった／やらなかった未来を想像してみる
- ④集中力が続かない ⇒ 集中できる時間を設定して取り組む。雑念が浮かんだらメモに書き出して、再度課題に戻る
- ⑤忘れっぽい ⇒ メモやカレンダー、アラームなどを活用する。友達に頼んで毎日声をかけてもらうのもアリ
- ⑥1時間遊ぶつもりが3時間経っていたり ⇒ ゲームなどに没入してしまう人は、アラームで止めるなどの工夫を
- ⑦時間の見積もりが苦手で計画がうまく立てられない ⇒ 作業時間を測る！ 目安がわかると計画も立てやすくなる
- ⑧完璧さにこだわって先延ばししてしまう ⇒ 完璧にするのは「一通り終わらせてから」でOK、と考えよう
- ⑨取り掛かりが遅い ⇒ 人より早く始められるように工夫する。また、なぜ取り掛かりが遅いのかを深掘りして考える
- ⑩解くのに時間がかかる ⇒ ある程度時間をかけても解けないときは、答えを見て解答の仕方を学んで、あとで再挑戦



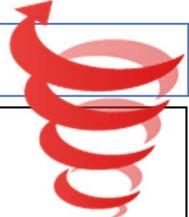
勉強法の工夫を共有するよ！(2)問題演習・周回 の巻

学力推移調査お疲れさまでした。さて、学年末テストに向けた学習計画はもう立てていますか？

今回は、(2)問題集の演習・周回の工夫編をお届けします。お悩み相談もあるよ！



問題集での演習・周回の工夫（テスト前だけじゃ足りないよ！）



①学校の問題集を何度もやる

- ・とにかく何度も解く
- ・最低3回解く
- ・印刷して何度もできるようにしている
- ・市販の問題集に手を付けるのは、学校の問題集を何周もやってから

△学校での学習内容の確認には、学校で提供する問題集やワークブックが一番適しています。まずはその基礎からやりましょう。

(学校の問題集が基礎部分でも難しそう！という場合には、より易しい市販の問題集から始めるのもよいのですが、その分やることが増えてしまうのがネックです。学校の問題集でわからないところを友達や先生に教えてもらう方が、効率は良いように思います)

△「わかる」だけでなく「できる」、さらに「ハッとする」状態にするためには、一回では多分難しいです。何回でもやるべし！

△普段から進めておけば、テスト2週間前には「わかる」「できる」が増えているはず。普段からやるべし。

△時間がない？ 時間は作りましょう！ 例えば英語の文法問題集のBasicの問題を4問だけなら、あまり時間はかかるないはず。

△スキマ時間で自学できるように、小分けにして進めるのもおすすめです。まとまった時間を取りるのは難しいので！

②回数のこなし方

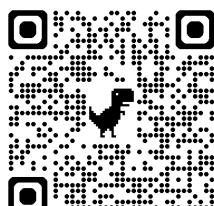
- | | | |
|---------------|--------------------|---------------------|
| A：1周目から自力でやる | (1周目)間違えた問題に印をつける | (2周目以降)印のあるものだけやる |
| B：1周目は補助輪をつける | (1周目)教科書や答えを見ながらやる | (2周目以降)自力でやる (Aに進む) |

△Aなら1周目、Bなら2周目で、①(制限時間内で)どれくらいできるのか(できないのか)を把握して、②そのうえで教科書や解答解説を熟読し、③自分が間違えた理由をしっかり分析して、④その間違いを繰り返さないための練習をしたり対策を考えたりする、という流れを作ってください。(Aで「できた問題は印を消す」人もいますが、後で「本当にできるか」チェックするには残しておくとよいかも。)

△問題集は数問ごとに答え合わせをするのがオススメ。問題をどうやって解いたのか、何を考えていたのかを覚えているうちに答え合わせをして、分析に生かしましょう。

③その他

- ・間違えた理由を書いておく
- ・小テストをAIなどに作ってもらう



↑

△理由を言葉にして書き留めておくのはとてもよい取り組みです！なぜなら、①言語化することで考えが明確になります。

△記録があれば後で振り返りやすくなります。それに③理由をわかりやすく書くことは、国語力アップにもつながります！

△間違えた問題の類題をAIに作ってもらうのはいいですね。適した問題が生成されるよう、入力の工夫は必要ですが。

※生成AIは利用できる年齢に制限があり、かつ保護者の許諾も必要です。著作権や肖像権、個人情報の扱いなど、使い方には十分に注意してください。

参考:生成AIはじめの一歩～生成AIの入門的な使い方と注意点～(総務省)https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/special/generativeai/



(相談)提出物はどうしても終わらなくて、最後に一気にやるはめに……

◆まず、「どうして終わらないのか」、その原因を深掘りしましょう。人によって原因と対策は違うはず。例えば……

- ①終わりが遠く感じてめんどくさい ⇒大問1つ終わったらご褒美！ というように、課題を細分化して達成しやすくする
- ②やるべき作業の種類が多すぎて先延ばし ⇒こちらも課題・作業を小さく分けて達成しやすくしてみよう
- ③楽しいことや目先のことを優先しちゃう ⇒誘惑してくるものを遠ざける、やった／やらなかった未来を想像してみる
- ④集中力が続かない ⇒集中できる時間を設定して取り組む。雑念が浮かんだらメモに書き出して、再度課題に戻る
- ⑤忘れっぽい ⇒メモやカレンダー、アラームなどを活用する。友達に頼んで毎日声をかけてもらうのもアリ
- ⑥1時間遊ぶつもりが3時間経っていたり ⇒ゲームなどに没入してしまう人は、アラームで止めるなどの工夫を
- ⑦時間の見積もりが苦手で計画がうまく立てられない ⇒作業時間を測る！ 目安がわかると計画も立てやすくなる
- ⑧完璧さにこだわって先延ばししてしまう ⇒完璧にするのは「一通り終わらせてから」でOK、と考えよう
- ⑨取り掛かりが遅い ⇒人より早く始められるように工夫する。また、なぜ取り掛かりが遅いのかを深掘りして考える
- ⑩解くのに時間がかかる ⇒ある程度時間をかけても解けないとときは、答えを見て解答の仕方を学んで、あとで再挑戦



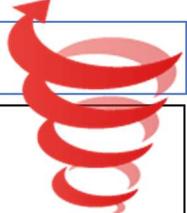
勉強法の工夫を共有するよ！(2)問題演習・周回 の巻

学力推移調査お疲れさまでした。さて、学年末テストに向けた学習計画はもう立てていますか？

今回は、(2)問題集の演習・周回の工夫編をお届けします。お悩み相談もあるよ！



問題集での演習・周回の工夫（テスト前だけじゃ足りないよ！）



①学校の問題集を何度もやる

- とにかく何度も解く
- 最低3回解く
- 印刷して何度もできるようにしている
- 市販の問題集に手を付けるのは、学校の問題集を何周もやってから

△学校での学習内容の確認には、学校で提供する問題集やワークブックが一番適しています。まずはその基礎からやりましょう。

(学校の問題集が基礎部分でも難しそう！という場合には、より易しい市販の問題集から始めるのもよいのですが、その分やることが増えてしまうのがネックです。学校の問題集でわからないところを友達や先生に教えてもらう方が、効率は良いように思います)

△「わかる」だけでなく「できる」、さらに「ハッとする」状態にするためには、一回では多分難しいです。何回でもやるべし！

△普段から進めておけば、テスト2週間前には「わかる」「できる」が増えているはず。普段からやるべし。

△時間がない？ 時間は作りましょう！ 例えば英語の文法問題集のBasicの問題を4問だけなら、あまり時間はかかるないはず。

△スキマ時間で自学できるように、小分けにして進めるのもおすすめです。まとまった時間を取りるのは難しいので！

②回数のこなし方

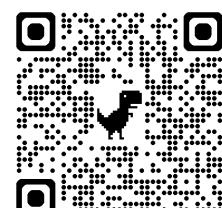
- | | | |
|---------------|--------------------|---------------------|
| A：1周目から自力でやる | (1周目)間違えた問題に印をつける | (2周目以降)印のあるものだけやる |
| B：1周目は補助輪をつける | (1周目)教科書や答えを見ながらやる | (2周目以降)自力でやる (Aに進む) |

△Aなら1周目、Bなら2周目で、①(制限時間内で)どれくらいできるのか(できないのか)を把握して、②そのうえで教科書や解答解説を熟読し、③自分が間違えた理由をしっかり分析して、④その間違いを繰り返さないための練習をしたり対策を考えたりする、という流れを作ってください。(Aで「できた問題は印を消す」人もいますが、後で「本当にできるか」チェックするには残しておくとよいかも。)

△問題集は数問ごとに答え合わせをするのがオススメ。問題をどうやって解いたのか、何を考えていたのかを覚えているうちに答え合わせをして、分析に生かしましょう。

③その他

- 間違えた理由を書いておく
- 小テストをAIなどに作ってもらう



△理由を言葉にして書き留めておくのはとてもよい取り組みです！なぜなら、①言語化することで考えが明確になります。

△記録があれば後で振り返りやすくなります。それに③理由をわかりやすく書くことは、国語力アップにもつながります！

△間違えた問題の類題をAIに作ってもらうのはいいですね。適した問題が生成されるよう、入力の工夫は必要ですが。

※生成AIは利用できる年齢に制限があり、かつ保護者の許諾も必要です。著作権や肖像権、個人情報の扱いなど、使い方には十分に注意してください。

参考:生成AIはじめの一歩～生成AIの入門的な使い方と注意点～(総務省)https://www.soumu.go.jp/use_the_internet_wisely/special/generativeai/



(相談)提出物はどうしても終わらなくて、最後に一気にやるはめに……

◆まず、「どうして終わらないのか」、その原因を深掘りしましょう。人によって原因と対策は違うはず。例えば……

- ①終わりが遠く感じてめんどくさい ⇒大問1つ終わったらご褒美！ というように、課題を細分化して達成しやすくする
- ②やるべき作業の種類が多すぎて先延ばし ⇒こちらも課題・作業を小さく分けて達成しやすくしてみよう
- ③楽しいことや目先のことを優先しちゃう ⇒誘惑してくるものを遠ざける、やった／やらなかった未来を想像してみる
- ④集中力が続かない ⇒集中できる時間を設定して取り組む。雑念が浮かんだらメモに書き出して、再度課題に戻る
- ⑤忘れっぽい ⇒メモやカレンダー、アラームなどを活用する。友達に頼んで毎日声をかけてもらうのもアリ
- ⑥1時間遊ぶつもりが3時間経っていたり ⇒ゲームなどに没入してしまう人は、アラームで止めるなどの工夫を
- ⑦時間の見積もりが苦手で計画がうまく立てられない ⇒作業時間を測る！ 目安がわかると計画も立てやすくなる
- ⑧完璧さにこだわって先延ばししてしまう ⇒完璧にするのは「一通り終わらせてから」でOK、と考えよう
- ⑨取り掛かりが遅い ⇒人より早く始められるように工夫する。また、なぜ取り掛かりが遅いのかを深掘りして考える
- ⑩解くのに時間がかかる ⇒ある程度時間をかけても解けないときは、答えを見て解答の仕方を学んで、あとで再挑戦