

2026.6.11 (木)

放課後学習室担当 (中辻・柊元)

ゆめ通信

ゆめ教室の活用を！

19 (金) テスト前質問教室 (国社数音美)

23 (火) テスト前質問教室 (理英技家保体)

本格的な夏の暑さがやってきます。4月からがんばってきた疲れも出てきて、体調をくずしてしまう人や勉強への意欲がわからない人もいるかもしれません。家ではどうしても遊んでしまう、スマホを触ってしまう、という人は環境を変えてみてもいいかもしれません。

道明寺中学校では毎週火・金に放課後学習室「ゆめ教室」を開室しています。落ち着いた環境で、自習を習慣化させていきましょう。テスト前の質問教室もぜひ来てください。



昨日で期末テスト2週間前です！

昨日で、期末テスト2週間前となりました。みなさん、中間テストでは100%の準備をして当日をむかえることができましたか？できた人も、そうでない人も、前回の反省点を思い出して、最大限の努力をしていきましょう。

テストまでのモデルスケジュールを立ててみたので、参考にしてみてください。

①まずは、基本的な生活習慣を整える

- この2週間は、学習を優先です！いろいろな誘惑に負けない強い気持ちを！
- 記憶は、寝ている間に脳に刻みこまれます。睡眠はしっかりととりましょう！
目安は7時間以上！夜遅くまで勉強するのなら、早く寝て早朝からの勉強を！
- スマホやタブレットは、脳への負担大！せっかくがんばった勉強も、脳がパンクを起こして学習内容が入らないかもしれません。「家の人に預ける」や「スマホを勉強する部屋に持ち込まない」など、意識してスマホと離れましょう！

期末テストは9教科、早くから計画的に勉強を！「〇〇は捨てた！」はNG！



① 2～1週間前は、インプットで「知る」

- ・「どうせ忘れるから」と暗記を直前につめこもうとするのは×です！事実、1日たつと70%ほどは忘れてしまいますが、くり返し学習することで忘れない知識になっていきます。
- ・1日に1教科を何時間も学習するより、複数の教科を1時間ずつ学習するほうがくり返しの学習ができて記憶につながりやすいです。
- ・重要語句、計算の公式、漢字や英単語など、基本的な内容のインプットを中心に学習をして、地道に力をつけていきましょう！

② 1週間～2日前は、アウトプットで「確かめる」

- ・インプットだけでテストにのぞむと、まだ結果にはつながりません。インプットで知った内容を、確実にアウトプットできるかの「確かめる」時間が必要です。
- ・ワークや問題プリントで確かめる。だれかに問題を出してもらって確かめる。自分で書き出して確かめる。様々な方法でアウトプットをくり返しましょう。
- ・確かめた結果、「覚えていない」「わからない」ことがあったら、①のインプットをやり直しましょう！そしてまた、アウトプットで確かめます。

③ 前日は、正しく書いて「確かめる」

- ・現在のところ、学校でのテストはまだ「紙に書く」形です。正しく書けるかを最終的には確かめる必要があります。
- ・前日に不安な気持ちはわかりますが、遅い時間までの勉強はダメです。徹夜なんてもってのほか！前日の夜遅くまでより、当日の早朝に勉強しましょう！

④ 当日は、早起きして最終確認

- ・前日の夜遅くよりも、当日の朝早くに勉強するほうが学習効果は大きいです。あわてて新たな知識を入れると不安が大きくなるので、当日は、これまで勉強したことの最終確認程度にしておきましょう！

Do your best !

