

2026.7.10 (金)

放課後学習室担当 (中辻・柊元)

ゆめ通信

夏休みもゆめ教室へ！

7/21 (火)

夏休み学習会 @図書室

7/22 (水)

10:00~12:00

1学期の終業式まであと1週間となりました。4月からの約3ヵ月半、みなさんは長く感じましたか？それとも、あっという間でしたか？充実していても、ムダにすごしても、同じように1日は過ぎていきます。中学生として生きる大切な大切な1日、ぜひ有意義に過ごしていきましょう。

さて、普段は放課後に開室している「ゆめ教室」ですが、夏休みは特別バージョンとして2日間開室します。さまざまな教科の先生方も来てくれます。仲間や先生と、一緒に学習して夏休みの良いスタートをきりましょう！参加を希望する人は、保護者の方や部活動の顧問の先生とも相談の上、申込用紙を担任の先生に提出してください。たくさんの参加をお待ちしています。



夏休みに「学び」を止めないコツ！

「夏休みだから勉強しないと！」と思っても、何から始めたらいいのか迷う人も少なくないはず。そんなときは、次の3つを意識してみましょう！

①ゴールを決める

いきなりですが質問です！「先生がOKって言うまで、とりあえず走りましょう！」と言われるのと、「グラウンドを5周走りましょう！」や「10分間走りましょう！」と言われるのでは、どちらが「やろう！」という気持ちになりますか？

多くの方は、あとのほうだと思います。そうです、人間はゴールがはっきりしているほうが、スタートを切りやすい生き物です。「数学のワークを4ページやる！」や「英単語を50個覚える！」など、その日、その時間のゴールを決めてから始めてみましょう。

適切なゴールを設定する力も、みんなにとって大切な“学習力”です！



② 1日の中で学習する時間を決める

午前中に部活などの予定がある場合は、「昼食を食べて13時から1時間」や午後に予定があれば「9時から11時の2時間」という風に時間を決めてしましましょう。歯みがきと同じで、習慣となってしまうと、逆にやらないことが気持ち悪くなってきます。まずは3日、続いて1週間、決めた時間で学習してみましょう。だんだんと習慣化されてくるはずです。

習慣化



③ 小さく、毎日コツコツ

夏休み中、どうしても時間がない日や、体調がすぐれない日があると思います。そんな日でも、ほんの少しでもいいので小さく前に進んでください。「問題を3問だけ」「5分だけ読書」でもいいです。小さくても、毎日コツコツ積み重ねていくことは、大きな自信につながります。ときには、計画的に（週に1日など）「今日は休む！」と決めた日は、休んでもかまいません。そのぶん、やるべき日に一生懸命やりましょう。

よくある失敗と対策



よくある失敗	こうすればOK！
計画だけ立てて満足してしまう	「まず1日だけ」でもやってみよう！最初の1歩が出れば、少しずつ加速していけるはず！
スマホで時間が消える	ついさわってしまうスマホをグッとこらえて、学習したあとの「ごほうびスマホ」にしよう！
やる気がでない	やる気は行動してから出てくるもの。何も考えず、とりあえず机にむかって教材を開いてみよう！「まず行動」を！

最後に、夏休みは「自分をちょっと変えるチャンス」です。ゲームや遊びや思い出作りも大切ですが、勉強も自分の未来へのプレゼント。2学期に「がんばったね！」と言える自分をめざして、夏休みをすごしましょう！