

## 中間テスト3日前から勉強法!!

緊急事態宣言が発令中という状況が影響し、ゴールデンウィークを含め、部活動は自粛となりました。その分、自分の時間が増え、テストに向けて時間が確保できたのではないかでしょうか。考え方を変えれば、良かった面もあったことでしょう。

いよいよ3年生になって最初の定期テストが、3日後に迫ってきました。ここからは、当日に向けてラストスパートあるのみです。

2年生の時にも取り上げた、3日前から当日までの取り組みについて、もう一度、確認しておきます。

まず、3日前から。

①範囲には、たいてい「めちゃめちゃ重要」なポイントがいくつかあります。これを、テストに出そうな順番に優先順位をつけていきます。「先生が授業中に重要だって言ってた」ところなどは要チェックです。

②優先順位がついたらまずやるべきことは基本的用語の暗記です。重要なところは全て暗記するくらいの気持ちで。数学は公式があれば覚えないといけません。重要な問題の解法などは公式をあてはめたりして、何度も解いていきましょう。注意したいのは、自分の暗記力に応じて暗記の量を調節することです。少なすぎると取りたい点数まで届きません。逆に暗記量を増やしすぎるとテストで失敗することもあります。

③では、いよいよ問題を解いていきます。インプットの次は、アウトプットというわけです。この「問題を解く」というステップを踏まないと、

“あー、覚えたんだけどなー…えーっとねー、なんだったっけ…”

ということになりかねません。経験があるかもしれません、これが一番もったいないです。

ですから、問題をしっかり解きましょう。過去問がある人は、それもぜひ使ってください。

ポイントとしては、「試験と同じ状況」でやることです。解答を見ながら解いたりするのはただの書き写し作業なので絶対にやめましょう。

問題を解いてできなかったところや、新たに出てきたワードなどをメモしておいて、それをひたすら繰り返して解くと覚えると効率がいいです。

続いて前日から当日。

## Pointその1

### テスト前日の詰め込み勉強はおすすめしません。

なぜなら前日の夜遅くまで勉強している生徒は、ほとんどの場合で、テスト中に眠気と戦わなければならないからです。この勉強によって睡眠時間が減ってしまい、テスト当日に眠くて頭が働かずに、せっかく覚えたことや練習したことが発揮できなければ本末転倒です。

## Pointその2

### 試験の日だけ特別なことをするのはおすすめしていません。

なぜなら、いつもと違ったことをすると、いつも通りではない気持ちが強まり、緊張しやすくなると考えられるからです。そのため、いつもと同じように朝の時間を過ごしましょう。もちろんその“いつも”が寝坊や睡眠不足になっていてはいけませんが。

## Pointその3

### 本番をシミュレーションすること。

具体的には、“解ける問題を探す”です。テストの問題用紙が手元に来たら、開始の合図があるまで気持ちを落ちつかせてリラックスするようにしましょう。試験開始の合図があれば、まずするべきことがあります。

それは、「〇問題」を探すことです。〇問題とはテスト勉強をするなかで、簡単に解けていた問題です。この問題であれば多少緊張してもミスなく得点を確実に取れます。〇問題を解き終われば、ある程度解答用紙が埋まっているので、テスト開始時は緊張していても落ち着いて解答できるようになるでしょう。問題をすべて解き終われば、△問題に取り掛かりましょう。ポイントは確実に正解できる問題から取り組むことです。

このポイントを外してしまうとよく起こってしまう失敗が、△問題、×問題が気になって解答し始めて、20分～30分のまとまった時間を取られてしまします。

## Pointその4

### ご褒美を設定してメリハリをつけること。

ご褒美と言っても“合計点で〇〇〇点以上だったら、何か買ってもらう”とかではなく、自分の努力をねぎらうものにすることが大切です。例えば、試験最終日の午後やその週末は遊びの予定を入れる。好きなものを食べる。我慢していたゲームを楽しむ。など、人それぞれのご褒美を決めておけば良いでしょう!!試験が終わった日に楽しみな予定があるだけで、定期試験期間は頑張ろうと思えるモチベーションになるかもしれませんね。

テスト本番まで、まだ時間はあります。「もう時間がない。」と考え、何もしないか?「まだできることはある!!」と考え、できることに取り組むか?決定権はあなたにあります。

当日まで最善を尽くして“準備”をして、気持ちよく当日を迎えてください。健闘を祈ります!

## お知らせ!!

奨学金の案内です。

名 称：公益財団法人 加藤山崎教育基金（給付型）

応募期間：令和3年5月28日（金）締切 詳しくは、秋田まで