

**短い夏休み！今、基礎固めを進めるべき。****～2学期は地道に固めた基礎を武器に成績を伸ばす！～**

中間テストや期末テストのような定期テストの場合は、テスト範囲が限られているので、1週間くらい前からの取り組みでなんとか間に合うかもしれませんが、高校入試の場合はそうはいきません。中学校3年間の学習内容が範囲ですから、しっかりと計画を立てて勉強をしていくことが大切です。しかし『定期テストまでの計画がうまく立てきれないのに、なんで3月までの計画が立てきれないんだ？』という人もいます。ですから、いきなり4ヶ月、5ヶ月の計画を立てるのではなく、まずは次の目標の学力分析テスト(9月2日)までの計画をつくることです。次に、10月の到達度テストに向けての目標をつくるようにしましょう。

例年夏休みは、じっくりと1、2年生の内容の復習「基礎固め」に取り組んでいきます。しかし、今年は夏休みが短く、今からやる必要があります。夏休みまでまてません。入試ギリギリになっていくら難しい問題に取り組んでも、結局基礎がしっかりしていないとなかなか問題は解けません。最後の最後に力を発揮するのはやっぱり『基礎力』だと思います。部活動の練習でも、基礎トレーニングが一番きつくて一番楽しくないものです。『基礎の勉強』も楽しいものではないかもしれませんが、でも、毎年例を見ても、夏休みにコツコツと努力ができた人が2学期からぐーっと成績が伸びてきます。

そして一方では、『まだまだ大丈夫』と思いながら、基礎をいかにげんにした結果、2月や3月に『もっと早くからしておけば・・・』と後悔する人が必ずいます。では『何をすればいいの？』と迷っている人もいます。『迷うヒマがあるのなら何でもいいから取りかかろう』と言いたいです。遅くはありません1年生や2年生の時に使っていた問題集をやり直すとか、『整理と対策』を毎日やるとか、教科のワークを何度もくり返しやるとか、何でもできると思います。

基礎の復習と確認がまとめてできるように『入試対策』として作られた問題集が本屋さんで売っています。自分で確かめて買ってみるのもいいと思います。

また、もっと基礎から頑張りたい人には、『1、2年の復習・まとめ』というような問題集もたくさんあります。自分にできそうなものを選んでみるのもいいでしょう。

最初の一冊はあまり難しくなくて、厚くないものが適当です。そして必ず最後まで仕上げ、『やった！』という充実感を味わってください。そうやって2冊目、3冊目に挑戦していくといいと思います。

『この問題集を○月○日までに終わらせる』という身近な目標を立てて、自分に厳しく取り組んでほしいと思います。心得てほしいのは、『わからないところが「わかる」ようになる』のが勉強です。単に答え合わせをして○、×をつけるだけでは力はずきません。『なぜ間違ったか』『どうしてそうなるのか』を徹底的に考えましょう。

分からないことは友達や先生に聞くことです。ぜひ、日々の努力を積み上げていきましょう。その先に、自分の進路目標実現が待っています。

**「感情」はコントロールがむずかしい  
でも「行動」はコントロールできる**

人間にはプラスの感情からマイナスの感情まで様々な感情があり、それを自分でコントロールすることは非常に難しいそうです。例えば、イヤなことを言われた時に腹が立つのは自然な「感情」。でもその後どういう「行動」をとるかは自分でコントロールすることができる・・・と。自分がイヤなことにぶつかったとき、「あ～、ダメだ！」と思うのは当然の「感情」でしょう。でも、その時に自分がどんな「行動」をとるかで、結果は大きく違ってくるはず。逃げだすのか、立ち止まるのか、勇気を出して前に進むのか。一学期があと2週間あります。今のあなたの勉強への取組はどうですか？TVやゲームの時間など、自分の生活をコントロールできていますか。自分の中にある「楽しそう」「少しぐらいは」など、マイナスの感情を少しでも少なくして、「自分はやれる」「仲間もがんばっている、自分もがんばる」というプラスの感情を高め、進路実現に向かうエネルギーを満タンにして、夏休みにつなげてほしいと思います。