

三年学年だよ

No. 6

10月号

平成30年10月1日

3年5組 担任・副担任

まだ頑張れる！

受験に向け、多くの3年生が学校に残り学習しています。寝る間を惜しんで机に向かっている人が大半を占めるのではないのでしょうか。でも、模擬試験の結果や普段の授業の小テストなどから、納得できる結果が得られず、これ以上伸びないのではないかと悩んでいる人も少なくないはず。今回は、自分ができるちょっとしたアドバイスを紹介したいと思います。

1つ目は、家庭で学習できる環境を整えることです。学習に邪魔なものは勉強をする部屋に持ち込まない。まず思い当たるものは携帯電話ですね。いくら学校に残って学習しても平日はできてせいぜい2時間です。いざ家で勉強しようと思っても、油断すると頭の中に携帯が浮かんできてしまい集中できない。学習に集中できない思いを共有したいと思い友人にライン。このもどかしい思いを誰かに知ってほしいと思いツイッターといった感じでしょうか。音楽も漫画も必要ありません。集中力を削ぐ可能性のあるものは全て部屋から排除しましょう。

次に、平日と休日それぞれの学習計画を立てることが大切です。集中力が続く時間は90分ほどと言われています。90分を1つの区切りとして計画するとスムーズに学習できると思います。例えば、平日は学校で90分。そして、家庭で90×3で学習すると6時間です。休日は、午前中に90分×2、午後90分×2、そして、夕食後90分×2で9時間です。おおっと、これではまだ足りないと思うので、どんどん90分を追加しましょう。また、教科のバランスを曜日で決めると、計画しやすいと思います。

最後に、教室環境を整えることです。周りの環境は知らず知らずのうちに良い影響も悪い影響もみなさんに与えています。それは当たり前のことなのですが、意識的に考えないと見過ごしてしまいます。つまり、できる限り頑張っている人の近くに自分を置くことが非常に大切です。自分の周りに頑張っている友人を増やすことが大切です。頑張っている集団の中で自分も頑張る。クラス担任の先生もそのような環境を作ろうと必死になっています。その理由は本当に簡単なことなのです。環境が人に与える影響は本当に計り知れないものがあるのですから。

教科の学習のコツは授業で学習してください。授業では、先生方が何十年(?)も必死で考えてきたみなさんを伸ばすコツを、これでもかこれでもかと教えてください。そのような珠玉の時間に集中力が切れていては、何にもなりません。食欲に学びとってください。また、学習の努力はすぐに成果となって表れるのではないことも思い出してください。最短で3か月ほどかかるのでしたね。みなさんが部活を引退して4か月ほどでしょうか。そろそろ自分の伸びを感じることができる時期に来たのではないのでしょうか。10月の模試で今までに自分がとったことのないような高いスコアが出たり、授業内容が今までより急に分かるようになったりと、突然ひゅっと伸びます。ひゅっ??? 本当かと思うかもしれませんが、でも、そんなもんです。

自分がやっていることを信じてください。そして、自分を信じていることができるぐらい学習してください。つらいときには支え合って、その環境を、教員も含めクラス全体で作っていきましょう。

(305担任)

まだまだ頑張れる！！

旅行をするのが好きだ。日常を離れて、非日常を楽しむことがその主たる目的である。

思えばいろいろな国を旅してきた。アメリカ・カナダ・イギリス・タイ・中国・韓国・ベトナム・シンガポール・インドネシア・サイパン…どこへ行っても午前中2~3時間出かけるだけで、午後はいいたいホテルで昼寝。夜になると少しドレスアップして街へ繰り出す。携帯電話は電源をオフにしたまま、自由気ままな時間を過ごす。これがやめられない。

人の楽しみというのは人それぞれである。心を休ませることは、次のステップに進むために必要不可欠な時間である。玄関から部屋まで10歩で移動することに燃える人、骨だけを残してきれいに魚を食べることに喜びを感じる人、目覚ましのアラームが鳴る直前に起きると人生勝った気分になる人…いろいろあっていいのだ。

3年生の中には、受験勉強や将来への不安で息苦しさを感じる人も少なくないと思うが、ささやかな楽しみを見つけて、上手に心を休ませることも大切だ。まだ頑張れる。まだまだ頑張れる。

さあ、3年生！ ここから行くよ！ アクセル全開で、ゴールまで突っ走ろう！！

(305副担任)