

七条中学校だより6月10号

京都市立七条中学校

令和8年6月11日

発行:校長 林 秀雄

定期テストに向けて6 家庭学習の時間をつくる

七条中学校の皆さん、毎日の生活の中で、「今日は勉強しようと思っていたのに、気づいたら時間がなくなっていた」という経験はありませんか。部活動や習い事、家の手伝い、自分の趣味や休息の時間など、皆さんにはそれぞれ大切な予定があります。だからこそ、限られた時間の中で、どのように学習時間をつくり出すかが、これからの学びの質を大きく左右します。

家庭学習の時間は、待っていても自然に増えるものではありません。しかし、少し意識を変え、工夫を重ねることで、誰でも学習時間を生み出すことができます。例えば、朝の10分、登下校の移動時間、習い事が始まるまでの待ち時間、入浴後や寝る前の5～10分など、日常の中には小さな時間が数多くあります。その時間を「何となく過ごす時間」から、「目的をもって使う時間」に変えるだけで、1日に30分以上の学習時間を確保することもできます。

特に、英単語や漢字、一問一答の確認、数学の計算練習などは、短い時間でも効果的に取り組める学習です。「まとまった時間がないからできない」と考えるのではなく、「短い時間でもできることをする」という意識が大切です。小さな積み重ねは、やがて大きな力になります。また、「忙しい」と感じる理由の一つは、やるべきことが頭の中だけで整理されているからです。紙でもスマホでも構いませんので、その日の予定を書き出し、“見える化”してみてください。すると、「意外と使える時間がある」と気づくことがあります。学習時間を確保するためには、時間を探すのではなく、自分で時間をつくるという考え方が必要です。大切なのは、完璧を目指すことではなく、無理のない範囲で続けることです。習い事の前後に10分だけ復習する、家の手伝いが終わった後に英単語を5分確認する、週に1日は「学習優先の日」を決めるなど、自分の生活に合った方法を見つけてください。毎日少しずつでも続けることで、学習習慣は必ず身につけていきます。

さらに、限られた時間だからこそ、「何をやるか」を具体的に決めることが重要です。ただ「勉強しよう」と考えるだけでは、なかなか集中できません。例えば、「英語ワークを1ページ進める」「数学の計算問題を3問解く」「社会の太字を確認する」といったように、やることを明確にすると、迷わず取りかかることができ、短時間でも集中しやすくなります。

定期テスト前には、「できる問題を繰り返す」だけでなく、「できないところを見つける学習」を意識してください。間違えた問題に印をつけ、なぜ間違えたのかを考え、直しをすることが、本当の力につながります。苦手から逃げずに向き合った人ほど、大きく成長します。また、学習時間を確保するうえで、スマホやゲームとの付き合い方も重要です。少しだけのつもりが、気づけば長い時間が過ぎてしまうこともあります。勉強中は通知を切る、スマホを手の届かない場所に置く、「30分だけ集中する」と時間を決めるなど、自分なりのルールをつくることも必要でしょう。集中した30分は、だらだら過ごした2時間よりも価値があります。

そして最後に、皆さんに最も伝えたいことがあります。家庭学習は、テスト直前に慌てて詰め込むためのものではありません。睡眠時間をしっかり確保しながら、計画的に毎日少しずつ積み重ねることこそが、最も力を伸ばす方法です。他人と比べる必要はありません。大切なのは、「自分の生活の中で、どう学習時間を生み出すか」を考えることです。限られた時間を工夫して使える人は、学力だけでなく、自分の未来を切り拓く力も身につけていきます。

今日の小さな積み重ねが、未来の自分をつくれます。ぜひ、自分に合った学習スタイルを見つけ、毎日の家庭学習を充実させていきましょう。

「令和8年度 京都市・乙訓地域公立高校合同説明会」開催案内（再掲）

すでに3年生の生徒・保護者の皆様には、すぐ一足先にご案内しておりますが、「令和8年度 京都市・乙訓地域公立高校合同説明会」が6月20日（土）21日（日）京都市勧業館みやこめっせ3階第3展示場で開催されます。京都市・乙訓通学圏の公立高校が一堂に会し、各学校の先生方から直接説明を受けたり、相談をしたりすることができる貴重な機会です。1・2年生についても申込が始まりましたのでご案内します。参加はWEBでの予約制（先着順）となっております。

申込受付期間 3年生 5月27日（水）9時 ～ 6月19日（金）15時まで

1・2年生 6月10日（水）9時 ～ 6月19日（金）15時まで

ご家庭でもぜひ話題にいただき、お子様の進路選択を支える機会としていただければ幸いです。