

七条中学校だより9月6号

京都市立七条中学校

令和8年9月8日

発行：校長 林 秀雄

定期テスト 2 に向けて5 結果を変えるのは、今の行動

定期テスト 2 まで、いよいよ 1 週間となりました。これまで学校だよりでは、「目標設定」「計画の立て方」「情報収集・基礎づくり」「理解・整理」「思考・判断・協働・表現」について紹介してきました。どれも学習を進める上で大切なプロセスですが、それらを本当に自分の力にするためには、最後に必要なことがあります。それは、自分で考えたことを実際の行動に移すことです。

皆さんは今、どの段階にいらっしゃるでしょうか。計画どおり順調に学習を進めている人もいれば、「思うように進んでいない」「まだ十分に勉強を始められていない」という人もいるかもしれません。しかし、大切なのはこれまでの状況ではありません。大切なのは、「ここからどう行動するか」です。

まず、これまで計画的に準備を進めてきた人へ。この 1 週間は、新しいことに手を広げるよりも、これまで学習してきた内容を確実に自分の力にする時期です。ワークや問題集の中で間違えた問題をもう一度解いてみる。覚えたつもりの英単語や漢字、用語を確認する。苦手な単元を重点的に見直す。そのような「仕上げ」の学習を意識してください。特に、できる問題ばかりを繰り返すのではなく、「少し不安な問題」「一度間違えた問題」に取り組むことが大切です。その一問一問が、本番で皆さんを助けてくれるはずですよ。

一方で、これから本格的にテスト勉強を始めようとしている人もいらっしゃるでしょう。焦る必要はありません。しかし、今日から行動を始めることが大切です。まずはテスト範囲を確認し、提出物の進み具合を点検しましょう。そして、「何ができていて、何がまだできていないのか」を整理してください。残り 1 週間です。すべてを完璧にしようとする必要はありません。まずは基本問題や重要事項を確実に身に付けることを目標にしましょう。例えば、●毎日必ず学習する時間を決める●提出物を最優先で仕上げる●英単語や漢字を毎日確認する●数学の基本問題を解き直す など、小さなことから始めてください。

勉強において大きな差を生むのは、特別な才能ではありません。「やろうと思うこと」ではなく、「実際に始めること」です。どれほど素晴らしい目標や計画を立てても、行動しなければ結果は変わりません。反対に、今からでも一歩踏み出せば、必ず前に進むことができます。

定期テストまであと 1 週間。この 1 週間は、誰にとっても成長できる 1 週間です。これまで頑張ってきた人は自信をもって最後の仕上げをしてください。これから頑張ろうという人は、今日から第一歩を踏み出してください。未来の結果を変えるのは、今この瞬間の行動です。

皆さん一人一人が、自分にできる最善の準備を積み重ね、「やるべきことはやり切った」と胸を張ってテスト当日を迎えられることを期待しています。

定期テスト勉強あるある

定期テストが近づくと、多くの人が「今度こそ早めに勉強しよう」と考えます。しかし、実際には思うように進まないことも少なくありません。勉強道具を持ち帰るのを忘れたり、つい別のことを始めてしまったり、「自分だけかな」と思うような失敗も、実はみんなが経験していることです。今回は、そんな定期テスト前にありがちな「あるある」を集めてみました。自分に当てはまるものがないか、ぜひチェックしてみてください。

準備編

- ☐ 「今日から頑張ろう！」と思ったら、教科書やワークを学校に置いてきた。
- ☐ ノートを開こうとしたら、必要なプリントが見当たらない。
- ☐ 机に向かったら物が山積みで、整理整頓だけで 30 分が過ぎた。
- ☐ 新しいシャープペンやカラーペンを並べて満足してしまう。
- ☐ 勉強計画表を作ることに力を入れすぎて、まだ勉強していない。

スタート編

- ☐ 勉強を始めようとした瞬間、急に部屋の掃除がしたくなる。
- ☐ 机に座った途端、お腹がすく。
- ☐ 飲み物を取りに行ったついでにテレビを見始める。
- ☐ 「5 分だけ休憩」のつもりが 30 分経っている。
- ☐ スマホで調べ物をしていたら、気付けば動画を見ている。

勉強中編

- ☐ 英単語を覚えたつもりなのに、10 分後には忘れている。
- ☐ 問題集を解くより、答えを見て「分かった気」になる。
- ☐ 苦手教科をしようと思っていたのに、得意教科ばかり勉強している。
- ☐ ノートをきれいにまとめることが目的になってしまう。
- ☐ 1 ページ進むごとに達成感を味わいすぎて休憩する。

テスト直前編

- ☐ テスト前日に「もっと早く始めておけばよかった」と後悔する。
- ☐ 明日テストなのに急に部屋がきれいになる。
- ☐ 「ここは出ないだろう」と思ったところほど気になる。
- ☐ 暗記したところが本当に覚えられているか何度も不安になる。
- ☐ 少しだけ寝ようと思ったのに、起きたら朝になっていた。

テスト当日編

- ☐ 昨日覚えたはずの内容が、朝になると出てこない。
- ☐ テストが始まる直前に友達の一言を聞いて焦る。
- ☐ テスト中に「あっ、あれ勉強しておけばよかった」と思う。
- ☐ 終わった瞬間に正解を思い出す。
- ☐ 次の教科の勉強をしようと思ったのに、前のテストの答え合わせをしてしまう。

ちょっと前向きなあるある

- ☐ 勉強を始めるまでは大変だけれど、始めてみると思ったより進む。
- ☐ 「10 分だけ」のつもりが集中して 1 時間続くことがある。
- ☐ 苦手だと思っていた教科が、分かるようになると意外と面白い。
- ☐ 毎日少しずつ続けた人は、テスト前に慌てなくてすむ。
- ☐ 一番大変なのは「勉強すること」ではなく、「勉強を始めること」だったと気付く。

「あるある」が一つでも当てはまった人は、決してあなただけではありません。大切なのは完璧を目指すことではなく、まず行動を始めることです。定期テストまであと少し。今日できることから、一歩ずつ取り組んでいきましょう。