

# 進路通信

廿日市中学校  
第10号  
09月15日(火)  
発行責任者 吉本邦治

## 勉強が苦手になる方法

### ◆忘れ物を多くする

忘れ物が多いと、勉強する環境をつくることができません。教科書を忘れたら疑問に思ったことを調べられません。ノートや問題集を忘れたら板書を写したり問題を解くこともできません。特にノートは授業で習った重要な語句や解法などが書かれている、勉強には欠かせないもの。ノートを忘れるたびにプリントの裏やルーブリーフに書くと、いつどこに書いたのかわからなくなってしまいます。ノートは後で見直して初めて価値を発揮するものなので、一冊にまとめることが大切です。

### ◆嫌なことを先送りにする

宿題やテスト勉強は、あまり気が進まないことかもしれません。しかし、先送りにしても何もよいことはありません。提出日の前日になってやっと宿題に取り組むという人も、実は「嫌なことを先送りにする」という習慣が原因です。普段からコツコツやれば、提出日やテスト直前にあわてる状況にはなりません。

### ◆「時間がない」を口癖にする

「時間がない」から勉強ができないと言っている人は、時間の使い方に無駄がある、あるいは、スケジュールに無理があるのかもしれませんが、例えば、塾や習い事がたくさんある場合、あれもこれもやりたい気持ちはわかりますが、どれもただこなすだけになっていませんか？ だから、「時間がない」が出てくるのです。心当たりがある人は、時間の使い方を見直してみましょう。また、「時間がない」が口癖の人ほど、短時間の中で一気に問題集に取り組む傾向にあります。これだと、あまり考えずに答を写すだけになってしまい、振り返りの時間をつくることができません。

### ◆生活習慣を乱す

たまの休みの日くらい、ゆっくりと好きなだけ寝ていたいという気持ちもわかりますが、起きている間に使える時間は限られているので、いつまでも寝ていたら、その時間はますます少なくなってしまいます。起きられない原因には、生活習慣の乱れが考えられます。「明日は休みだ」と安心して、夜遅くまでゲームをしていませんか？ もう一つ考えられる原因は「意志の弱さ」です。朝起きなければいけないのに、「つつい二度寝してしまう」のはその典型ですね。

もちろん、勉強が苦手になってほしくてこんなことを紹介しているのではありません。これが苦手になる方法なら、その逆をすれば得意になれる…ということですよね。「後回しにしない」「計画的にコツコツ取り組む」「自分に厳しくなる」これらを意識すれば、勉強だけでなく、人としても大きく成長できるはずです。