

# 夏休みは ライバルとの戦いではない 自分との戦いである

定員が300人の高校入試で、君が301番だったら落ちるだけ。

君のライバルが君より1点だけ上で300番でも、君が1点だけ下の301番なら落ちるだけ。それで、その高校の生徒になれるかが決まる。受験なんてそんなもの。

そんな君のライバルは、夏休みに頑張って勉強しているだろう。君より1点でも上になるために。

そのライバルと戦うのはもちろん大切だ。だけど、君には敵がいる。それは自分自身である。「今日くらい勉強せんでいいやろ。」「昨日5時間したから、今日は3時間にしとく。」「まあこれくらいの計画でいいかな。」「今日は暑いから勉強はあとにしよう。」「友達のところ遊びに行こう。」そんなこと考えるのはみんな自分自身である。

あの「合格黄門様」の懲らしめるべき「悪代官」を誘惑する「越後屋」は、つまりは君の心の中にある。それが自分との戦いである。

ということで、まず君がやらなくてはならないことはしっかりとした目標を持ち、しっかりとした計画を立てることである。

では本題、夏休みの学習計画を立てよう。

課題もいっぱい夏休み。「夏休みのしおり」に計画表がある。

計画を立てるための参考として、次のような手順はどうだろうか？

参考にして、いい計画を立てよう。

## 1 決まっている個人、学校の行事をおさえる。

登校日、サマースクールの日、質問教室の日、家族の行事、旅行、地域の行事など普通に自宅で学習できない日、学習量を少なくする必要のある日、時間帯をふだんとはずらして設定しなければならない日を把握しておこう。

## 2 課題の量がどれだけあるのか、それにはどのくらいの時間がかかるのかを把握する。

それぞれの課題にどれくらいの時間がかかりそうか、もう中学3年生だったら自分の取り組む課題にかかる時間ことはわかるはず。

課題はたくさんある。毎日時間をかけてやるもの、特に時間がかかるもの、集中して時間を必要とするものなどいろいろ。かかる時間のだまかな目安を考えよう。

セミナー1枚に1時間とか、読書感想文の本を読むのに1ページ1分と換算するとか、問題集1ページを45分でこなすとか、おおまかな目安を考えよう。

また、一研究に何日かけるかを考えておこう。

## 3 だまかな計画を立てる。

まず、1日1日の計画ではなくて、だまかな計画を立てます。

標準的な計画では、7月中に1年の復習を終える。(最初の10日間) 8月10日前には2年までの復習を終える。(次の10日間) 8月10日頃からは1, 2年の範囲の不得意分野の克服と総合問題に取り組むとともに、3年の7月までの復習にも取り組む。(次の10日間) 最後の10日間には、夏休み明けの実力テストの準備を兼ねて、総合問題や、ここまでで不得意と判明した分野の克服に取り組む。(最後の10日間)

それから、その他の宿題は夏休み前半で仕上げてしまう。

特に時間がかかるもの、集中して時間を必要とするもの(主張文(中学生のメッセージ)、読書感想文など)は7月中には取り組みを始めて、8月の早いうちに終わらせておくことだね。

だいたいこんなものかな。

## 4 時間の配分を考える。

次に、1日に、1回に、午前、午後、平日に、行事のある日に、どれくらいの時間を使うのかを考えて、やること、やれることを決める。

朝型、夜型いろいろありますが、自分にあった時間帯を考えよう。

夏休みのしおりに4パターンの時間帯の計画を書くところがあるので、それを活用しよう。

夏休みということもあるので、午前中と夜の分散型がおすすめ。午前中にやるためには、きちんと早起きして、8時過ぎから始められるようにすること。そして暑くなる前にやめる。

夜するためには、これも午後8時過ぎから始められるようにすること。そして、12時には眠るようにすることだ。もちろんのってきたらそう簡単にはやめられないので、ずっとやり続けるのもよい。(だらだらとやり、集中もしないで、ただ長くやるのはムダ) 夜遅くなったときでも次の日は早起きはすること。そして暑い時間帯に昼寝するのがよい。それが夏休みのいいところだ。

## 5 細かい計画を立てる。

以上をもとにして、1日1日の計画を立てよう。

ただし、次のような点には注意しよう。

- ムダのない計画を立てる。  
限られた時間を大切に使う。
- ムリのない計画を立てる。  
無理な計画を立てて、失敗するとやる気がなくなるだけ。  
欲張らないで、自分にあった計画を立てよう。
- ムラのない計画を立てる。  
好きな教科ばかりとか、いきなり一研究だけ全部上げるとかじゃなく、まんべんなく取り組もう。
- 予備日をつくる。  
突然に計画が入ったりするものだ。また計画通りにいかなかったりするものだ。そんなときのために、予備日をつくっておく。  
もしも、予備日にすることがなかったら、追加して復習ができる。

以上のことを参考にして、自分なりの計画を立ててみよう。

ちなみに、参考までに形式は違うけど、その昔筆者のクラスだった女の子の例を見せてあげよう。これは計画表の方ではなくて、すでに実際に何をやったのかという実践表である。

まずリカちゃんだが、石川高専に行った。彼女の夏休みの総勉強時間は180時間。しかし後半1日3時間とか4時間だったので、自己評価は×になっている。1日9時間、10時間したときしか○になっていない。これくらいの気持ちじゃないとダメってことだ。

もう一人なほちゃん。彼女の夏休みの総学習時間は289時間。すごいもんだ。多いときには1日16時間勉強している。

みなさんの学習の目標は当面200時間、いけたら300時間というのだけど、やってやれないことはない時間なんだよ。

さあ、**やるしかない！**