



令和2年10月5日

# 教育相談だより

## 第9号

大村高校 定時制

保健・教育相談部

### 中間考査を乗り切ろう！



今週の木曜日からいよいよ中間考査が始まります。テストを受ける際は、次のことに心がけてください。

#### 1. テスト勉強

テスト勉強は、ゆとりをもって始めましょう。何日もかけて準備をすれば、きっと自信がはずです。

また、どうすれば自分が集中しやすいのか — 机に向かって座っている方がいいのか、教材を床に広げて勉強した方がいいのか — を知っておきましょう。

それから、最も集中しやすい時間帯というものがあるはずですが、もし、朝の方が集中できるのなら、午前にたっぷり時間がとれる土曜・日曜（アルバイトをしている人は仕事休みの日）にたくさん勉強をしましょう。

#### 2. テスト当日

##### (1) 文章読解の問題

##### ①先に問題を確認する

まとまった文章を読んで問題に答える、「読解力のテスト」というものがあります。このような問題を解く場合、「文章を読む」→「問題を確認する」→「もう一度文章に目を通し、答えをさがす」という手順をふむ人が多いと思います。しかし、そのやり方では、目的もなくぼんやりと読むために内容があまり頭に入らず、結局二度目に読むときも時間をかけなければなりません。それよりも、先に問題を確認した方が、目的をもって文章を読むことができますし、読みながら問題を解くこともできますので、はるかに効率的です。



##### ②答えのヒントになる部分を目立たせる

文章を読むときは、答えのヒントになると思われる部分に線を引いたり、◎などのしるしをつけたりしておきましょう。そうすれば、簡単に答えをまとめることができるはずですが。



##### ③わかっているか自分に問いかける・自分に教えるように読む

読んでいることがちゃんとわかっているかを自分に問いかけ、もしわからなければ、もう一度同じところを読み返す習慣をつけておきましょう。

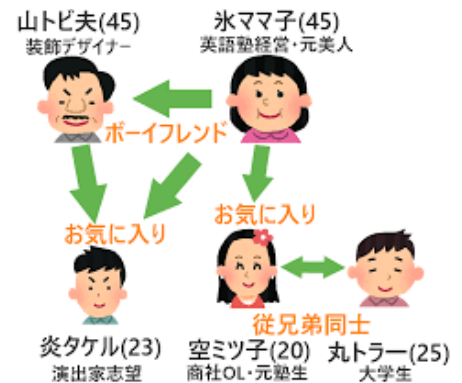
また、何を伝えている文章なのかを自分に教えるような気持ちで読むようにしましょう。

#### ④わからない単語は、前後のつながりで判断する

「サルはエクスムレグスの皮を丁寧にむき、ぱくりと食べてしまいました」  
「エクスムレグス」は想像上の言葉ですが、前後の内容で果物の一種だということがわかるはずです。意味がわからない言葉があってもそこで立ち止まらず、前後のつながりで判断するようにしましょう。

#### ⑤長い説明は絵などを描いてイメージ化する

何かについて長い説明があるときは、それを絵や図にしてみましょう。そうすれば、イメージしやすくなります。たとえば、登場人物の関係図などです。



### (2) 数学の問題

何が問われているかがわかりにくいときは、問題をくり返し読み、キーワードに線を引いて目立つようにします（例：合計いくらでしょう）。そうすれば、何を求めればよいのかがはっきりします。



### (3) その他

#### ①質問を必ず2回読んでから、問題を解くようにする

#### ②一つの問題だけに時間をかけすぎない

簡単に解けそうにない問題があれば、しるしをつけておき、次の問題に取り組みます。そして、時間があれば後でじっくり解きましょう。

#### ③テストの最初の2、3分に時間配分を行う

45分の時間で何問解かなければいけないかを確認し、それぞれの問題にどれくらいの時間が使えるのかを考えます。

#### ④思いつくことを書いて記憶をよみがえらせる

せっかく勉強したことを忘れてしまったら、答案用紙の裏側や問題用紙の余白に頭に浮かぶことを書いていきます。そして、それらを整理していけば、記憶がはっきりしてくるはずです。

#### ⑤気持ちを落ち着かせる

テストが始まったら、深呼吸し、少しの間目をつぶります。そして、ちゃんと勉強したし、ベストを尽くしたと自分に言い聞かせます。（本当に勉強をしていないと効果はありません。）



#### ⑥答案を見直す

テストの終わりごろに時間があれば、答案を見直します。