



きのうは去った。明日はまだ来ない。  
今日というこの日に、全力を注ぎこもう。  
どんなにつまらなく思われる一日であろうと、  
どんなにつらい一日であろうと、  
今日がなければ明日はない。

むの たけじ  
詞集「たいまつ」より

## ゴールデンウィークを無駄に過ごさないために 3/4 特集 受験準備のスタートを切ろう 学力アップに全力投球！！ 入りたい高校・学科を目指して！！

ポイント3

はっきりした努力目標を！

ポイント4

自分にあった学習プランを！

◆中学3年生になって「さあ頑張るぞ」と思っても、すぐに息切れしてしまい、集中力が長続きしない生徒も多い。マラソンレースにたとえられるこの長丁場に、やる気を持続させるのは、口で言うほど容易いことではないし、強い精神力もいる。そこで・・・

◆ 学習意欲を持続させるために最も良い方法が「明確な努力目標を持つ事」だ。

努力目標には2つある { 「志望校を持つこと」と  
「学習プランを持つこと」である。

「入りたい高校」をしっかりつかめれば、それを目標にがんばれる。自分のめざす高校・学科の難易度が、今の学力からすれば“あこがれ”“高望み”だったとしても「入りたい高校・学科」を目標にして頑張ることで、自分を向上させ、新たな可能性や進路先も生まれてくる。

◆「志望校がなかなか見つからないなあ」「夢や希望がないなあ」という君へ。  
以前にも記したが、課題がでた、宿題がでた、定期テスト週間だ、実力テストだ・・・  
その時々自分に与えられたテーマ（やるべき事）を、逃げずに完璧にこなしていく事を  
目標にしろ！！すると様々な可能性（進路）が、おぼろげに見えてくる。

**今ない「未来の新たな自分」が君の夢や希望なんだよ！！**

◆新たな自分づくり（努力）もせずに、はじめから、「その時（来年2月や3月）に合格できそうな所でいいや」と考えている人は、学力は落ちる  
くみんなが頑張るので、自分が現状維持でも相対的に見れば成績は落ちる。

努力して、頑張ってトントンだと思え＞

結局、頑張れない生徒は新たな自分（未来）の可能性を自らの手で捨てていることになる。

◆また、学習プラン（年間・月間・週間スケジュール）をたてて、目の前の学習達成目標（週ごと・月ごと）に修正を加えながら達成していくことが、学習意欲を持続させる方法でもある。

ポイント5

ライバルはキミ自身だ！

◆明確な努力目標を持ち、そこに到達するための学習計画をきちんと立てることが、学習意欲を持続させるためには大切だ。しかし、いつも同じペースで勉強する精神力不足に悩んだり、時にはがんばっても成果が見えてこなかったり、つらい時もあるでしょう。

◆この悩みは、キミの仲間もまた同じなのです。自分一人だけがしんどいのではないのです。  
「その都度の結果が出なくても、継続して今やるべきことを、とにかくする」  
「自分の将来の夢や可能性を信じて、とにかく今を頑張る」・・・

いろいろな悩みや誘惑に負けない自分を創造することも進路選択の目標なのですから。  
弱い自分を知り、だからどうするのかと悩むことも進路決定の一部です。

時間は待ってくれないし、過ぎた時間は戻らない。無駄に過ごすなよ！！

次号「**ゴールデンウィークを無駄に過ごさないために**」最終回です。  
とっておきの学習方法を伝授してあげましょう。

このとっておきの学習方法も毎年毎年、僕は卒業生たちにも言ってきたのですが、  
実行に移すのが3学期になって、お尻に火がついてから・・・おそい！！

『効果が上がる・金がかからない・不安がなくなる』

三拍子そろった特効薬ですよ。

**「学ばされている学習（授業・塾＝集団）」から  
「自ら学ぶ学習力（家庭学習＝一人でする）」を身につけろ！！**