

# テストで成績が上がった秘訣は“めりはり” やる時は集中してやり、やらない時は忘れて発散!



氏名	W
学校	吉原第二中学校
学年	2年

本人

私がテストで成績が上がったのは、勉強をやる時とやらない時のめりはりをつけたからだと思います。

めりはりというのは、勉強をやる時は、か————ん!!と集中してやって、やらない時は、「もうすぐテスト」という事を忘れておもいっきりテレビを見たり、ゲームをしたりして、テスト勉強でたまったストレスを発散することです。←△1時間~1時間半 それ以上は控はらない!

あとは、自分のペースでやることです。例えば、お母さんに「勉強まだやらないの?」と言われる時も、目標を決めて『今日は午後から、数学の関数の確認』という自分の決めた計画どおりにやることです。

◎テスト勉強の仕方◎ ← 学調バージョン

- 〈数学〉・問題をときながら、公式を覚える  
色ドリルなどの問題を何回も?
- 〈国語〉・理にまかせる ← 実力問題だから・・・  
やるに当たっては、文法の確認
- 〈理科〉・苦手な単元をわかるまで確認する  
・ 計算の公式を問題をときながらおぼえる
- 〈社会〉・歴史は人の名前を何をした人か、どの時代の人かを覚える  
・ 地理は教科書を見る
- 〈英語〉・長文の練習をする  
・ 教科書を見て、書けなそうな単語をノートに5回ずつかく  
・ 過去形や進行形の形を確認する

前日は、はやく寝ることが大切ですよ。  
7時ぐらいがベスト!

学校名 \_\_\_\_\_ 学年 2 名前 \_\_\_\_\_ 記入者 (本人) ・ 母 ・ 父