

夏の学習計画のお話

みなさんは今まで何度夏休みを過ごしてきましたか？
今までの夏休みを振り返ったときに、納得した夏休みを
過ごした記憶がありますか？夏休みとは普通の学校の授
業では経験できないような体験ができる貴重な時間です。

私が担任をしていた時、「夏休みは心の底から悔いなく
遊べ、遊び倒してこい」と常に言っていました。一言に
「遊ぶ」と言っても、これが実はなかなか難しいのです。
みなさんは心の底から遊んだことがありますか？しかも
1日とかではなく夏休みを心ゆくまで遊び倒すのです。

夏休みは当然、各教科から沢山の課題が出されますし、
夏季補習に加え、前期の復習や部活動とやることも多い
ですが、逆に言えばこれらをきちんとこなせば、心置き
なく遊び倒せるのです。「夏の学習計画」は学習を進める
ためのというよりは、夏に心置きなく遊び倒すための計
画だと思って下さい。



【作成のコツ】 学習計画の三原則を守る

《其の言・・・欲張らない》休みの前は、やる気マッ
スの自分(‘o’)が常にいます。やる
気マックスの自分が立てる学習計画ほど最悪なもの
はないのです。小学校時の夏休みの計画を思い出
してみてください。6時(起床) 6時半(ラジオ体操)
7時(朝の音読) 7時半(朝食) 8時(朝顔観察日記)etc
完璧な滑り出し……。ところが初日、起きたら10時！
(‘D’) #) 悔!! 「バカたれ自分！ハイ！これで午前中
の計画は全てペア～。クツツソ～ダル～やる気も起
らねえ。始まったばかりだから明日やる～と」

※ 「明日やろうは馬鹿野郎！」

夏休みにやる気のある自分なんて存在しません。だ
からマックスやる気の無い自分を想像して計画を立
てるのがコツです。途中途中で虫食いのようなスカス
カの学習計画こそ理想なのです。(固めてしまうと計
画が崩れたときに修正がしにくくなるから)そして、1
分でも思い立ったら鉛筆握って始めて下さい。人間は
区切りの良い時間から始めたがりますが、何時どこで
始めても構いません。だからこそ《其の式・・・分単位
の学習時間を作り出す》なのです。人間の集中力が続
くのは30分程度です。20分10分・・・1分でもいい。そ
して自分が取り組んだ時間としてどのような形でも

良いので、こまめに記録することをお勧めします。目
に見えることで、モチベーションを上げるのに役立ち
ますし、更にはこの積み上がって行く過程を毎日、目
にすることで自己肯定感も生まれてくるからです。

《其の参・・・3日坊主大歓迎》何度失敗しても、駄
目な自分を責めるよりは、少しでも前を向いて進んだ
方が良いのは誰でも分かりますよね。其の場で立て
た、スカスカの計画の1日目が急な用事でつぶれた時
には、それを次の日か、その次の日で補えば良いので
す。遊ぶためにも、初日からきちんと埋めずにザック
リと2日間の計画を立てて、3日目は思いっきり遊ぶ
くらいの計画がベストです。例えば午前中、4時間頑
張れたら、夕方まで遊び倒す！とか、○日と○日は死
め気で遊ぶと決めたら、それに向けて分単位の学習
を積み上げていく！とかです。

3年生は別として、1・2年生は過去の夏の過ごし方
で、気が付いたら夏の半分が過ぎていた「今さらやっ
ても遅い」とか「来年の夏こそは」と思った経験はありま
せんか？もちろん、諦めたくなる気持ちもわかりますが、
そういうときこそ「今はじめたら、明日は始めるより早い」
と考えて、1分間とにかく我慢して行動に移すのです。よ
く言われる「やる気スイッチ」などというものは、この世
には存在しません。集中力もやる気もとにかく行動から
しか生まれてきません。面倒臭いとか、後回しにしよう
と思う前に、とにかく動き始めることです。

人生は、いつでも今日が一番若い日です。そう考えたら、
皆さんには今はじめた分の「24 時間」がプラスされる
わけです。こんな得なことはありませんよね。



文責 福永

入試情報について

7月に入り、多くの大学が令和9年度入学者選抜要項
を大学のウェブサイトに掲載しています。3年生のみな
さんは、志望校の入学者選抜要項を必ず確認してくださ
い。

今年度、学部の新設や改組を行った大学(北九州市立大
学・情報イノベーション 熊本県立大学・半導体 福岡
女子大学・環境理・生活情報科学 宮崎公立大学・国際
情報など)や「学校推薦型入試」や「総合型選抜入試」の
「女子枠」「地域枠」を始めとする各大学の入試日程につ
いても、必ず大学のウェブサイトを確認してください。

未来は自分で創るもの。

でも、まずは、すでにあるもの＝「先人の知恵」をしっかりと学ぼう！
「地図にない町」を見つけるには、はじめに「地図」が必要である。
自分が何を知り、何を知らないかをハッキリと自覚しよう！
自分は何が出来て、何が出来ないのかを明確に理解しよう！

夢はあるか？
無くても何も問題は無い。
現状に満足していても、一向に構わない。

自分と他者から成るこの世界において、
自分は自分の人生の主人公だが、この世の主人公では無い。
ゆえに、全てが自分に都合良く行くはずが無い。
それが当然の理というものだ。

成功しないと嘆くなかれ。
目標が実現しないことを懼れるな。
自分以外の他者の方が多いのだから、上手く行かないことの方が多いのが当たり前だ。

だが、それでは満足できない。
やりたいことが出来ないからだ。
思うように事が運ばないからだ。

さて、どうしよう？
玩具売り場で背中を床に付けて手足をバタバタさせて泣き叫ぶか？
～高校生のあなたがそんな調子なら誰も相手にしない。
どうせ、いまさら、やっぱり…無理と諦めて日々を過ごすか？
～やりたいことがその程度の思いなら、次に目を向けるのも悪くない。

いや、まて。
覚悟が足りないのではないか？
口にした遠大な目標に見合うだけの努力を自分に強制する日々にビビっているのではないか？
映画「ちはやふる」の主人公は「本気でやっても敵わない」とこぼして
師匠に「そんなものは本気でやってから言いたまえ！」と諭される。
ビビる必要は無い。
やりたいからやる。挑戦したいから、挑み続ける。
その過程は、夢に向かって試行錯誤する日々だ。
わくわくドキドキが止まらない日々だ。

高校生を長年見てきて、つくづく実感することがある。
努力しても不合格の生徒がいる。
でも、結果はきちんと出ていると感じる。

「本気の努力が出来たのなら、それこそが結果だ」

本気で努力することは意外と難しい。
人間は自分に優しいからだ。
コツコツ努力を重ねよう！
中年の主婦が一念発起してエベレスト登頂に成功した例がある。
失敗にめげず、コツコツ努力を成功まで続けたのだろう。
普通の日常にちょっとした努力で登った山がエベレスト。そんな都合のいい話は無い。

「覚悟を決めて、エベレストに登ろう！」

楽しいぞ！バラ色の日々を始めよう！