

家庭学習応援します

Q テスト前日の心構えとして大切なことは？

A あせらないことです。



(1) 寝不足にならないように早く寝る

- ・テスト前日にあせて夜更かしをすると、当日は頭がボーとします。
7～8時間の睡眠をとろう。

- ・発展問題を解くときは、特に頭がすっきりしたコンディションでなくてはなりません。

(2) 適度な緊張感が必要です。

- ・適度な緊張感は集中力を高め、ケアレスミスを減らします。
- ・緊張しすぎる人は、学習不足からの不安からですが、バタバタしてもしょうがないので、今持っている自分の実力だけ出せるようにしよう。

Q テスト前日の勉強は？

A 自分がテスト勉強でやったことの確認です。

- (1) チェックした箇所やノートに書き出したことだけ確認しておく。
- (2) あいまいな記憶になっていないか、書いてみる、言ってみるが大事です。
- (3) 学習内容の中心となる重要語句や法則の確認をする。

Q テストが配られたらどうしますか？

A 全部の問題を眺めて、どこからやっていくかを決める。

(1) やりやすい問題から解いていく。

- ・確実にとれる問題は逃さないようにする。
- ・時間がかかりそうな問題はとばして最後にする。

(2) とにかく問題をしっかり読む。

- ・何を問われているのか、どんな条件があるのかを理解して解答する。

しっかり問題を読まない人が大変多いです

明日からテスト本番、集中して頑張ってください！

