

中学受験家庭向け 秋以降の学習チェックリスト

小4 小5 小6 学年別

秋以降は、勉強時間を増やすことよりも、今の学習を点検して「何を続けるか」「何を減らすか」「次の1週間に何を直すか」を決めることが大切です。このチェックリストは、親子で現状を整理し、今週の優先課題を1～3個に絞るために使います。

目次

[共通 学習の土台](#) | [小4](#) | [小5](#) | [小6](#)

[小6 過去問](#) | [保護者](#) | [生活と実務](#) | [今週の優先課題](#)

使い方

- できている項目にはレ点、迷う項目には「？」をつけます。
- すべてを一度に直そうとせず、「今週の最優先」を最大3つまで選びます。
- 毎週同じ曜日に10分だけ見直します。点数より、前回から何が変わったかを確認します。
- 小6は「小6 過去問と入試対策」も必ず確認します。小4・小5は飛ばして構いません。

お子さんの名前	
学年	小4 小5 小6
チェック日	年 月 日
次回の見直し日	年 月 日
第一志望校	

大切なのは、チェックの数ではありません。今の家庭に合う「次の一手」が見つければ、このチェックリストの目的は達成です。

共通 学習の土台

学年に関係なく、まず確認したい8項目です。できていない項目が多いときは、教材を増やす前に学習の回し方を整えます。

- **今週の目標が1～3個に絞れている**
「算数を頑張る」ではなく「割合の間違い直しを3回」のように、行動で決めています。

- **学習時間ではなく、やることが先に決まっている**
机に向かう時間だけでなく、どの教材をどこまで進めるかが見えています。

- **間違えた理由を分けている**
知識不足、理解不足、読み違い、計算ミス、時間不足など、原因を言葉にできています。

- **間違い直しの日が予定に入っている**
解きっぱなしにせず、同じ問題または類題をもう一度解く日を決めています。

共通 学習の土台 続き

残りの4項目を確認し、最後に今週いちばん整えたいことを1つ書きます。

- **予定に予備時間がある**
体調不良や学校行事があっても崩れ切らないよう、週に1コマ以上の空きを残しています。

- **睡眠と起床時刻が大きく崩れていない**
勉強のために睡眠を削り続ける状態になっていません。

- **勉強しない時間も予定に入っている**
食事、入浴、会話、休息の時間を先に確保しています。

- **親子で週1回だけ振り返る時間がある**
毎日細かく確認するのではなく、決まった時間に10分ほど話せています。

今週いちばん整えたい土台

学年別チェック 小4

小4の秋は、勉強量を増やすより、学習の型を作る時期です。できていない項目は、次の学年へ進む前に整えたい候補です。

- **毎週の学習リズムがほぼ固定されている**
塾、宿題、復習、自由時間の基本パターンが決まっています。

- **計算と漢字を短時間で継続している**
まとめて長時間ではなく、毎日または週の決まった日に続けています。

- **授業で分からなかったところを放置していない**
次の授業までに一度は質問または解き直しができています。

- **丸暗記だけで終わっていない**
「なぜそうなるか」を自分の言葉や図で説明する時間があります。

- **親が全部を管理しすぎしていない**
教材を出す、開始時刻を決めるなど、お子さんが自分で担う役割があります。

- **通塾と生活の負担が重すぎない**
疲れが翌日まで残る日が続いていません。

小4の今週の一步

小4では、受験学年の量を急いで先取りするより、「分からないままにしない」「短時間でも続ける」「自分で始める」の3つを優先します。

学年別チェック 小5

小5の秋は、受験学年へ向けて苦手の戻り先と1週間の学習サイクルを作る時期です。

- **苦手単元を3つ以内で言える**
「算数が苦手」ではなく、「割合」「速さ」「図形」のように絞れています。

- **苦手単元の戻り先が決まっている**
どのテキストの何ページからやり直すかが分かっています。

- **1週間単位の計画と振り返りがある**
月単位の大きな計画だけでなく、次の7日間の行動に落とせています。

- **得意科目を伸ばす時間も確保している**
苦手克服だけで予定を埋めず、強みを育てる学習も続けています。

- **模試の点数より、間違いの原因を見ている**
偏差値だけでなく、次に直す問題を親子で確認できています。

- **新6年生になるまでに整える習慣が決まっている**
開始時刻、復習、質問、間違い直しなど、強化する習慣を1つ選んでいます。

- **志望校について親子で話す機会がある**
偏差値だけでなく、校風や通学、本人が楽しみにしていることを話しています。

小5の今週の一步

学年別チェック 小6

秋以降の小6は、全部を伸ばそうとせず、合格ラインを超えるために優先順位をつけます。

- **受験校を安全校 実力相応校 挑戦校に整理している**
それぞれの学校の役割を親子で共有しています。

- **合格最低点と教科別の目標点を確認している**
満点ではなく、合格ラインを超えるための点数配分を考えています。

- **過去問を解く順番が決まっている**
安全校から始め、実力相応校、挑戦校へ進む流れを作っています。

- **最新1～2回分を直前用に残している**
本番に近い初見演習として使える過去問を温存しています。

- **過去問を解く日と復習する日を分けて確保している**
解く回数を増やすことより、次回までに弱点を埋める時間を優先しています。

- **得点につながる問題から直している**
正答率が高い問題、あと少しで解ける問題、配点の大きい問題を優先しています。

- **今はやらない問題を決めている**
解説を読んでも理解が難しい問題や、時間がかかりすぎる問題を深追いしていません。

- **模試 過去問 塾の宿題の優先順位が決まっている**
全部を同じ重さで抱えず、志望校合格につながる順に時間を配分しています。

小6の今週の一步

小6 過去問と入試対策

過去問は、点数をつけるためではなく、次の学習内容を決めるために使います。小4・小5の方はこのページを飛ばしてください。

- **1回ごとの得点と合格最低点を記録している**
点数の上下だけでなく、合格ラインまであと何点かを見えています。

- **問題をA B Cの3段階に分けている**
Aは落とせない問題、Bは合否を分ける問題、Cは今は深追いしない問題として整理しています。

- **次回までに仕上げるB問題を1～3問に絞っている**
大量のやり直しではなく、得点に変えやすい問題を優先しています。

- **教科ごとの目標点が本人の得意不得意に合っている**
全教科を同じ点数にせず、得意教科で補う設計になっています。

- **時間配分の目安がシンプルに決まっている**
「試験時間の半分でここまで」「残り10分で見直し」など、本人が使える基準です。

小6 過去問と入試対策 続き

残りの項目を確認し、次回までに得点に変える対策を書きます。

- **丸つけをダブルチェックしている**
特に国語の記述、漢字、単位、途中式は、本人任せにしすぎていません。

- **過去問の答えを保護者が管理している**
点数への不安から答えを先に見てしまう状況を防いでいます。

- **過去問を解かない日に弱点補強をしている**
過去問で見つかった課題を、類題や基礎教材に戻って練習しています。

- **演習量を体調に合わせて調整している**
遅い時間まで無理に続けず、集中力が落ちたら休む判断ができています。

次回の過去問で取りにいく点

そのために直す問題または単元

保護者の関わり

秋以降は、保護者の不安も大きくなります。お子さんを動かす声かけより、本人が考えて動ける環境を作れているかを確認します。

- **結果より、取り組んだ事実を言葉にしている**
「今日も30分進めたね」のように、見えた行動をそのまま伝えています。

- **最初に答えを教えず、本人の考えを聞いている**
「次はどうする？」と問い、考える余白を残しています。

- **不安な日に志望校を下げる話をしていない**
一度の模試や過去問だけで、親が先回りして結論を出していません。

- **目標を1週間単位にしている**
入試までの遠い目標だけでなく、今週達成できる小さな目標があります。

- **勉強以外の会話がある**
食事や移動中に、受験と関係のない話をする時間があります。

- **休息を予定の一部として扱っている**
休むことを遅れや失敗と決めつけず、集中を戻す手段として使っています。

- **親だけで抱え込んでいない**
親子で衝突が続くときは、塾やコーチなど第三者へ早めに相談しています。

最近、お子さんにかけてよかった言葉

次に減らしたい声かけ

入試までの生活と実務

手続きの不安を頭の中に置いたままにせず、学習とは別の一覧にして早めに終わらせてます。

- ☐ 出願期間と受験料の支払期限を一覧にしている

- ☐ 必要書類と写真の準備時期を確認している

- ☐ 受験日の重なりと合格発表の順序を確認している

- ☐ 入学金の納付期限を確認している

- ☐ 当日の交通手段と所要時間を確認している

- ☐ 朝型への移行が必要かを確認している

- ☐ 家族内で送迎ときょうだい対応を決めている

- ☐ 予備日と体調不良時の対応を確認している

今月中に終える手続き

手続きの実行メモ

期限と担当者まで決めて、家族で分担するためのメモです。

やること	期限	担当

小4・小5の方は、出願準備の代わりに「学校説明会」「通学時間」「親子で見たい学校」を整理しておきましょう。

今週の優先課題

チェックが付かなかった項目のうち、まず次の3つだけを選びます。3つ埋めなくても構いません。

1つ目

やること

いつやる:	終わったら確認する人:
-------	-------------

2つ目

やること

いつやる:	終わったら確認する人:
-------	-------------

3つ目

やること

いつやる:	終わったら確認する人:
-------	-------------

1週間後の振り返り

チェックの数ではなく、先週から変わったことを確認します。

できたこと

続けること

やめること

次の1週間で変えること

このシートをもとに、今後の学習について相談したい方は、個別相談をご利用ください。

[個別相談を予約する](#)

制作 おうち受験コーチング