



# 親子で作る 本番確認シート

---

当日“最高のパフォーマンス”を発揮するために

---

過去問・模試のふり返りを  
「自分だけの最強カンペ」に変えるシート



おうち受験

## STEP 1

### 気づいたことを都度メモする

「この順番だと解きやすい」「ここを間違いやすい」など、過去問や模試で気づいたことをすぐに書き込みます。

書けば書くほど、自分専用のデータが溜まります。

## STEP 2

### 親子でいっしょに確認する

お子さんが気づいたこと、保護者が気づいたことを共有しましょう。

「本番で何を意識するか」の視点を合わせます。

## STEP 3

### “当日版”を完成させる

試験前日に、これまでのメモの中から

「絶対守りたいこと」「見ると落ち着くポイント」を厳選して、7ページ目のシートに清書します。

## GOAL

### 当日の朝・休み時間に見る

やるべきことが明確になり、迷いが消えます。

不安が軽減され、集中モードに入りやすくなります。

= 本番力が最大化します！

## 国語

### ▼ 気をつけること（ミス防止）

指示語（こそあど）に注意して線を引く

設問は本文より「先に」読む

漢字はトメ・ハネまで見て、絶対に落とさない！

### ▼ 自分のルール（戦術）

- ◎ わからない記述は「理由→言葉→行動」の型で埋める
- ◎ 選択肢は、まず“明らかに違うもの”を消去する
- ◎ 残り5分になったら記述を諦めて漢字を見直す

## 算数

### ▼ 気をつけること（ミス防止）

小数・分数の混ざった計算はていねいに書く

文章題は必ず「図」にする

図形問題は、わからなければ補助線を入れてみる

### ▼ 自分のルール（戦術）

- ◎ 1ページ目（基本問題）は満点を取りに行く！
- ◎ わからない問題に固執しない（3分悩んだら飛ばす）
- ◎ 答えの単位（cm, m, km）を最後に見る

## 🔪 理科

### ▼ 気をつけること（ミス防止）

---

「何を求めるのか？」問題文にマルをつける  
思い込みで答えを書かない（グラフをちゃんと読む）  
計算問題は単位を必ずチェック

### ▼ 自分のルール（戦術）

---

- ◎ 実験記述は「目的→結果→理由」を整理して書く
- ◎ 知識問題から先に解いてリズムを作る
- ◎ 休み時間は次の科目のイメトレを軽くする

## 🌐 社会

### ▼ 気をつけること（ミス防止）

---

時事問題は落ち着いてリード文を読む  
資料問題は“まず見て”情報を取り出す  
漢字指定かひらがなか確認する（語句は丁寧に）

### ▼ 自分のルール（戦術）

---

- ◎ 記述は「結論→理由（1文）」でOK
- ◎ 解けない歴史年号は気にしない（みんな解けない）
- ◎ 最後まで諦めずに埋める

**国語** (目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**算数** (目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**理科** (目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**社会** (目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 📖 国語

(目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

## 1 2 算数 3 4

(目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

## 🔬 理科

(目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

## 🏠 社会

(目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

**国語** (目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**算数** (目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**理科** (目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**社会** (目標: 点)

▼ 気をつけること / 自分のルール

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

このシートは、世界に一つだけの  
“自分専用の成功マニュアル” になります。



解く順番



注意ポイント



自分のクセ

**「当日これを見れば落ち着く」**  
**「自分の戦い方が思い出せる」**

そんな、心の支えになる1枚を親子で作ってみてください。  
応援しています！