

2月セミナー報告：新学年に向けた「問題集・参考書の選び方と活用法」

2月に開催されました会員向けセミナーの要点をまとめました。今回は、進学・進級を控えたこの時期に最も重要な「問題集・参考書の選び方」と「効果的な進め方」、そして小中高それぞれのステージに合わせた学習戦略について解説されました。

当日参加できなかった皆様も、春休みや新学期の準備にぜひお役立てください。

I. 問題集・参考書の選び方：3つの基本原則

世の中には多くの教材がありますが、あれもこれもと手を出すのではなく、戦略的に選ぶことが大切です。

1. 「これ！」と決めた1冊を徹底的にやり込む

最も重要なのは、メインとなる1冊を決め、それをボロボロになるまで仕上げることです。

- **メイン教材:** 網羅性が高く、基礎から応用まで入っているもの（教科書、塾のテキスト、総まとめ教材など）。
- **サブ教材:** 苦手単元の克服や、長期休暇の復習、隙間時間用（アプリ、漫画、単語カードなど）として使い分けます。

2. 解説が詳しいものを選ぶ（自学自習の要）

自宅学習において、子供は「解説」からしか学べません。

- **市販教材・通信教育:** 商品として作られているため、解説が詳しく分かりやすい傾向があります。
- **学校・塾の教材:** 「授業」がメインであるため、解説が薄い（または解答しか配られない）ケースがあります。特に高校数学などは、詳しい解説冊子が別売りされている場合もあるため、必要に応じてフリマアプリ等で入手することも一つの手です。

3. 正答率8割～9割のレベルを選ぶ

難しすぎる問題集は挫折のもとです。

- 10問解いて1～2問間違える程度のレベルが、継続しやすく自信につながります。

- **例外:** その教科が得意・好きで「難しいことに挑戦したい」という場合は、難易度の高いものを選んでOKです。逆に、極端に苦手意識がある場合は、全問正解できるレベルから始めて「基礎体力」をつけることを優先しましょう。

II. 効果の出る「活用法」のポイント

良い教材を選んでも、使い方が間違っている場合は効果が半減します。

1. 「使い方」を最初に読む
 - 多くの問題集の冒頭には、制作者が推奨する「最も効果的な使い方」が書かれています。まずはその通りに進めてみましょう。
2. すぐに解き直しをしない（忘却曲線の活用）
 - 丸付け直後に解き直しても、短期記憶で解けてしまっているだけの場合があります。1～2日空けてから解き直し、本当に理解しているか確認しましょう。
3. 仕分け（マーキング）を行う
 - ○（マル）：自信を持って正解（今後やらなくて良い）。
 - △（三角）：正解したが自信がない、まぐれ。
 - ×（バツ）：間違えた。
 - ?（ハテナ）：解説を読んでも分からない（先生に聞く、付箋を貼る）。
 - 復習は「△と×」を中心に行います。
4. 情報を1冊に集約する
 - 他のドリルやテストで得た新しい知識は、メインの1冊に書き込んだりコピーを貼ったりして、「これを見れば全て載っている」という自分だけの最強の参考書に育てましょう。

III. ライフステージ別アドバイス（Q&Aより抜粋）

セミナー内で出た具体的な悩みへのアドバイスを、学年別に再構成しました。

【新 中学1年生】（中学入学準備）

- **私立・中高一貫校へ進む場合:**
 - 授業進度が非常に早いです。特に英語（『ニュートレジャー』など）と数学（『体系数学』など）は難易度が高いため、春休み中に予習しておくとう安心です。
 - ただし、受験直後で燃え尽き気味の場合は、無理せず英語のアルファベットや基本単語の確認程度でも十分です。
- **英語学習のスタート:**
 - 単語カードやアプリ（Duolingoなど）を活用し、ゲーム感覚で英語に触れておくのがおすすめです。

【新 高校1年生】（高校入学準備）

- **最重要科目は「英語」と「数学」:**
 - 高校生の勉強時間の3分の2は、この2教科に充てるイメージでOKです。
 - 大学入試を見据えると、高2までに全範囲を終える学校も多いため、最初が肝心です。
- **中学範囲の総復習:**
 - 春休み中に中学3年間の総復習を終わらせておきましょう。高校の学習は中学の基礎の上に積み上がります。

【受験生・全学年共通】

- **モチベーションが続かない場合:**
 - 分厚い問題集を見るだけでやる気を失う場合は、**本をカッターで薄く切り分けたり、必要なページだけコピーして渡すと**、「これだけでいいんだ」と取り組みやすくなります。
- **記憶の定着（テスト後は忘れてしまう）:**
 - 定期テストごとの復習に加え、**長期休暇（春・夏・冬）に「学期の総復習」を入れること**で、記憶が長期記憶へ定着します。これをやるとやらないとでは、受験学年になった時のスタートラインが大きく変わります。
- **歴史の勉強法:**
 - 語呂合わせも良いですが、「年表」を活用しましょう。因果関係（これが起きたから、次にこれが起きた）や、横のつながり（日本のこの時代、世界では何が起きていたか）を理解するには年表が最適です。

講師からのメッセージ: 最終的には、いくつかの候補の中から「これなら頑張れそう」とお子さん自身が選んだものが一番です。春休みは、これまでの復習と新学年の準備ができる貴重な時間です。お子さんのタイプに合った1冊を見つけてあげてください。