復習の習慣を身につける

POINT!

- 授業の理解度を「◎、○、△」で記録しましょう。
- あらかじめ決めていた「復習の時間」で理解度が△だった授業の復習をしましょう。

CHECK!

- ①授業に対する理解度を記入することで、「分からない」をそのままにしないようにしましょう。
- ②あらかじめ「復習する時間」を決めておくことで、習慣化しやすくなります。

5/15 MON	16 TUE	17 WED	18 THU	19 FRI	20 SAT	5/21 SUN
やること ○	やること ○	やること ○	やること ○	やること 旅行	やること	やること
理解度 ◎ △ ○	理解度 ◎ ○ △	理解度 ◎ ○ △	理解度 ◎ ○ △			
科目 物理 △ 地 △ 英 △ 数 △ 物 △ 国 ○	科目 英 ◎ 数 ○ 論 △ 英 △	科目 国 ○ 英 ◎ 音 ◎ 数 △	科目 地 ◎ 化 △ 情 ○ 英 △			
科目 地理 ✓ 物理 ✓	科目 論理 ✓	科目 数学 ✓	科目 化学 ✓ 英語 ✓			
物理難しい。復習したり。少いながらよくわかった。	午後から。とてむくむくした。	今日は集中して授業をうけることができたよ!	復習の習慣かきた!			

復習の習慣を身につける

「今週やること」の使い方

コツコツ型

…やる！と決めたことを継続して取り組みたい人向け
「今週やること」に書いた「毎日取り組むこと」に実行の有無を記録したり、「具体的に取り組んだこと」を書きます。

5 May 今週のやること	16 Monday やること・もちもの	17 Tuesday やること・もちもの	18 Wednesday やること・もちもの	19 Thursday やること・もちもの
1 朝6時に起きる	☐	X 6:20	X 6:10	☐
2 英語音読15分	☐	☐	☐	☐
3 素振り100回	☐	X	☐	☐

開くタイミング

朝

今日の時間割を記入する

授業中

授業での理解度を◎、○、△で記録する

帰宅後

授業での理解度が△だった教科を復習する。
復習したら☑し、今日の振り返りを書く

わからない所は復習す！

5/15 MON 16 TUE 17 WED 18 THU 19 FRI 20 SAT 5/21 SUN

今週のやること

1 復習タイム

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

部活

下校

地理 ✓ 論理 ✓ 数学 ✓ 化学 ✓

物理 ✓ 英語 ✓

物理難しい。復習したり、少し分かるようになった。

午後から、どこまでかきた。

今は集中して授業を受けることができたよ！

復習の習慣が、ついていた気がする！

◎、○、△で記入する

理解度を記入しましょう。「分からない」をそのままにしないようにしましょう。

① 1週間を見通して、「今週意識したいこと」を書く ※コツコツ型

1週間を見通して「意識したいこと」を書きましょう。習慣化しやすくなります。コツコツ型はやる！と決めたことを継続的に取り組める使い方です。

② 復習の習慣をつけるため、予め復習する時間を決めましょう

予め、復習の時間を囲っておきましょう。時間を決めておくと、習慣化しやすくなります。