



夏休みの学習計画 —計画性が重要—

親子で「どう過ごすか」を考える

ホームエデュケーション・コーチ
中山まち子

夏休みの成功は 計画次第

「夏休みをどう過ごそうか」「どこか旅行に行く」と考える季節がやってきました。楽しみな一方で、ダラダラと過ごして夏休みの終わりが近づく頃に、慌てて課題に取り組むことも珍しくありません。

とくに夏休みは約1ヶ月に及ぶ長い長い休みということもあり「まだ時間はある」と親子共々考えてしまいます。

長い長い夏休みを無駄に過ごさず、家庭学習をして学力の土台作りを成功させるには、以下のポイントを心がけてください。

- 夏休みの計画を作る
- 1週間ごとに大まかに「やることリスト」を記入
- 夏休み後半は「臨機応変期間」にする
- 生活リズムはあまり崩さない
- 非日常体験を取り入れる
- 親が必要以上に口出さない

何もせずダラダラと1ヶ月以上過ごすことのないよう、計画を作っていきましょう！

季節の雰囲気もあり何となく解放的な夏休み。ガッツリ勉強するのは受験生くらい、というイメージがあります。とはいえ、まだ低学年だったり非受験組でも毎日気ままに過ごすのは避けたいところ。

夏休みはじっくりと勉強する時間が確保でき、これまで先送りしていた苦手単元克服には最適です。

とはいえ、場当たりの勉強では力がつくことは難しいのである程度スケジュールを考えましょう。

夏休みは学校がない分、好きなように時間が過ごせます。そのため、生活リズムが崩れやすく気がつけないところ。

勉強計画を考える上では、まず毎日の過ごし方を考えるようにしてください。





DAILY SCHEDULE

S U M M E R

7:00 am	
8:00 am	
9:00 am	
10:00 am	
11:00 am	
12:00 am	
1:00 pm	
2:00 pm	
3:00 pm	
4:00 pm	
5:00 pm	
6:00 pm	
7:00 pm	
8:00 pm	
9:00 pm	

夏休みは長期にわたりますが、無計画だとせっかくの時間を有効活用できないまま終わることもあります。充実した日々を送るためにも、まずは「1日の時間の流れ」を把握することが大切です。前のページの時間表を活用してください。

習い事のある日や親が休みの日など、予定が大きく変わる日もあるので必要に応じて複数印刷してください。書き込む際は以下のことを注意して「普段と変わらない点」「普段と違う点」を意識してください

- ・起床と就寝時間が普段とずれないようにする
- ・習い事がある日は、どれだけ自由時間があるかを把握する
- ・1人で留守番する時間はどのくらいか
- ・子どもが1人でいる時間の過ごし方を考える
- ・毎日どのくらい勉強すれば課題を終わらせられるか

学校という大きな柱がない分、子どもや家庭によって「夏休みの過ごし方」が大きく異なります。せっかくの時間を無駄にせず、家庭学習の定着や苦手克服に充てていきましょう。

行き当たりばったりでは成功することも難しいです。日々の過ごし方を確認して有意義な時間を送ってください。

子どもがダラダラと 過ごさないコツ

夏休みは学校もなく早起きする必要もないし、遅く寝ても構わない。そう考える子も少なくありません。とはいえ、生活リズムを崩してダラダラ過ごすのはとても勿体ないです。

子どもがダラダラ過ごさないようにするにはどうすれば良いのでしょうか。

ダラダラ防止策を考える場合、やはり親の管理というのは不可欠。24時間ではなく、「一日をどう過ごすのか」という確認作業でOKです。



あまりにもキツキツに管理すると子どもは音を上げてしまいます。「今日やる勉強をチェックする」「帰宅後にやったかどうかを確認」を実行することでダラダラ防止に繋がります。

親の目を感じるか感じないか。または親がタッチしているか放置しているかで、子どものダラダラするかどうかは決まっています。



一方で、「夏休み中はずっと勉強で嫌になる」と子どもが感じると、それはそれで大問題。よかれと思ったことが裏目に出ることもあります。

親としては、勉強は大切だけれど子どもの自由時間を尊重するようにしましょう。「その日の分の宿題や課題が好きなことに没頭することを尊重する」という態度で接することも必要です。

メリハリをつけて毎日を送ることを心がけると、子どもの方は勉強と趣味や好きなことの両輪を頑張り「楽しくて有意義な夏休み」と明るい気持ちで過ごせるようになります。

親は勉強ばかり追い求めることなく、子どものことも考えていきましょう。

週ごとにスケジュールを 考えて現実を見る

夏休みがスタートすると親子共々「まだまだ先は長い」と考えてしまいます。しかし、スタートしたからにはゴール（終わり）が必ずやってきます。

そのゴールに大きな波風を立てないように到着するためにも、一週間ごとに「やること」を考えるようにしましょう。

夏休みの友といった課題の他にも、読書感想文や自由研究そして工作など大物の存在も気になります。

後半、慌てて家族総出でやっつけ仕事をするという事態にならないよう、毎週「今週はこれをやる」と決めておくと平穏無事にゴールに辿りつけるようになります。

最初の週はどうしても甘く見積もってしまいますが、最初にペースを上げておくと、後半読書感想文や自由研究の仕上げに時間を投入できます。

後半キツキツだと、全てが中途半端になり親子喧嘩が勃発という事態を招くことも予想されます。夏休みに入ったばかりは楽しい気持ちが大いかもしれませんが、現実を踏まえてスケジュールを立てていきましょう。

Weekly Plan

月

--

火

--

水

--

木

--

金

--

土

--

日

--

1週間プランの 書き方

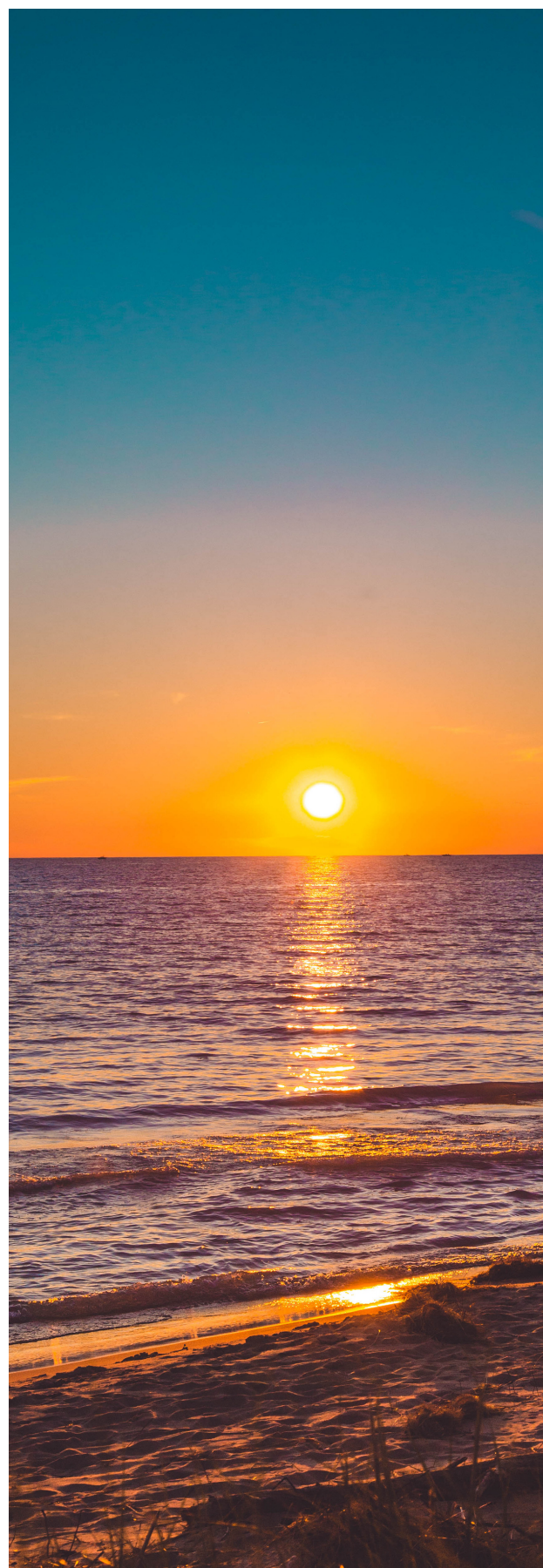
いくら長丁場の夏休みといえども、期間は決まっています。その期間をどのように過ごすかを考えることで、さらに充実した時間を送れます。

勉強する日と全く勉強しない日を交互に過ごしたり、「この週は勉強だけやる」と極端なスケジュールを組むと定着する知識も定着しないままになってしまいます。

一週間で勉強する計画を決めて、まんべんなく勉強する体制を構築していきましょう。

スケジュールを考えると「この日は遊び約束をしているから、その分他の日に勉強量を分散させる」と子どもながらに考えるようになります。

計画を立てることは社会人になっても重要なスキルなので、今から慣れておく大きな武器になります。





「Weekly Plan」はシンプルな書き込み式です。複数印刷して、取り組む教科やページ数を書いてください。

頭で考えるよりも書いて視覚で捉える方が現実と向き合えます。こうした作業を繰り返すことで、夏休みの時間を「甘く見積もらない」ようになります。

子どもは時間が無限にあると考えてしまいがちですが、やはり有限です。

決められた時間内、期間内に全て終わらせることができるかどうかを子どもなりに考えるようになります。

充実した夏休みを 過ごしたい

夏休みは学校生活で一番長い季節休暇ということもあり、一人一人色々な思い出を持っています。大きくなると「夏休みは楽しかったけど、毎年8月の後半は宿題を終わらせるのに大変だった」と思い出す方も少なくないでしょう。

子どもには自分のようになって欲しくない、という気持ちが強すぎて何でもコントロールするのは避けたいところ。でも、少しでも実りある夏休みを過ごして欲しいと願って毎年夏休みを迎えています。



自分の反省を活かしたいと考えた結果「夏休みは計画が大切」

という結論に至りました。親子で夏休みをどう過ごすかを話し合い、いかに慌ただしくなる後半を余裕を持って迎えられるか。それが大きなポイントになります。

勉強などやることもありますが、その一方で親子で楽しく過ごして思い出をたくさん作れる貴重な季節です。普段とは違うからこそ、様々な経験を通して子どもの成長を促していきたいですね。

ホームエデュケーション・コーチ
中山まち子

家庭学習情報

YouTube配信



こちらをクリック

