# 「何から始める？」を、
# 今日の一歩に。

相談からつくる、個別学習計画の見本。
数学・英語の基礎を学び直す中学２年生を例に紹介します。

> **苦手だけでなく、理解しやすい場面から考える。**
>
> 数学・英語は基礎から確認したい。一方で、理科の実験や現象は「なぜ」がつながると納得しやすい。その学び方を、ほかの教科にも生かします。

## 相談したこと → 計画に変えること

| 相談から整理 | この見本での学習方針 |
| --- | --- |
| **数学の文字が<br>よく分からない** | x・yが表す量を確認。身近な買い物の例から、式・表・計算へつなげる。 |
| **英文の作り方に<br>自信がない** | 中１の語句・語順・動詞から確認。短い文を「意味→形の理由→自分で書く」の順に練習する。 |
| **理由が分かると<br>納得しやすい** | 国語は本文の根拠、理科は現象の仕組み、社会は背景や順番を確かめる。 |

### 「分かった」は、この３つで確かめる。

**説明する。** なぜそうなるか、自分の言葉で言える。
**見ずに解く。** 解説を閉じて、白紙から再現できる。
**翌日も試す。** 数字や聞かれ方が変わっても考えられる。

計画は、渡して終わりではありません。取り組みやすい量を試し、進み具合や困ったところを見ながら、優先順位を調整していきます。

実際の支援資料をもとに、氏名・学校・日程などを除き、HP公開用に相談内容を一般化・再構成しています。期間・時間・内容は一例で、実施済みの成果や得点上昇を示す資料ではありません。

01 / PLAN & ROUTINE

# 何を、どの順番で進めるか。

基礎を確認しながら、学校の学習へつなげる約３か月の例。

| 時期の目安 | 取り組むこと | 次へ進む目安 |
|---|---|---|
| **１〜２週目** | 基本問題やatama＋の診断でつまずきを確認。続けられる時間も試す。 | 基本問題を解説なしで各教科３問。 |
| **３〜６週目** | 数学は文字・式、英語は語順・動詞など、抜けている基礎を優先する。 | ５問中４問を自力で解き、１問の理由を説明。 |
| **７〜９週目** | 残った基礎を補い、学校の授業・ワークの内容へつなぐ。 | 翌日と約１週間後にも、同じ型を解ける。 |
| **10〜11週目** | 範囲表に合わせて、学校ワークの基本・標準問題を確認する。 | 苦手な問題を見つけ、解き直しに印を付ける。 |
| **12週目** | 時間を決めて演習。間違えた問題を別の日に解き直す。 | 正答率・説明・提出物を確認して本番へ。 |

時期と正答率は、進み具合を見るための仮の目安です。定着していなければ先へ急がず、学校の範囲やテストまでの日数に合わせて順番を変えます。

最初の１週間は

### まずは１日45分から

数学20分 ＋ 英語15分
＋ ほかの教科10分

続けられそうなら

### １日75分の例

数学30分 ＋ 英語25分
＋ ほかの教科20分

学校の宿題もこの時間に含め、休憩は別に取ります。負担の大きい日は10〜15分に縮め、再開しやすさを優先します。

| 曜日 | 数学・英語に加えて取り組む教科 |
|---|---|
| **月・木** | 理科：現象や実験の理由を確かめる |
| **火・金** | 社会：用語を背景・順番と結びつける |
| **水・土** | 国語：本文の根拠と設問の条件を確認する |
| **日曜日** | **予備日・休み。**必要な復習だけにする |

### 週末の５分で、来週を調整。

- ☐ できたことを１つ残した。
- ☐ 止まったところと、理由を１つ残した。
- ☐ 来週変える量・順番を決めた。

# 勉強の「やり方」まで、具体的に。

正解だけでなく、次に自分で考えられる形へ。

MATH

## 数学｜x・yが「何の数か」を確かめる。

すぐに計算を始めず、文字が表す量と単位を言葉にします。身近な場面から、式の意味を理解しましょう。

１個80円のものを、x個買うときの代金をy円とすると、

**y = 80x**

「代金＝１個の値段×個数」だから、この式になります。
４個なら320円。送料100円が加わるなら、y = 80x + 100。

1. x・yが表す量を、単位と一緒に書く。
2. 具体的な数を入れ、式と場面が合っているか確かめる。
3. 解説を閉じて、式を立てた理由から説明する。

- ☐ 文字の意味を言える。
- ☐ 数字が変わっても、自分で式を立てられる。

ENGLISH

## 英語｜短い１文を、意味から作る。

| 英文 | 確かめること |
| --- | --- |
| **I am happy.** | 「私は幸せな状態」。amはbe動詞。 |
| **He plays tennis.** | 現在形の肯定文。主語がheなので、playにs。 |
| **Does he play tennis?** | 疑問文でDoesを使うと、playは原形に戻る。 |

**意味を確認 → 形の理由を確かめる → 音読 → 見ずに書く。**
主語を変えて１文作り、翌日にも試します。単語も「読む・意味・隠して書く」をセットにしましょう。

- ☐ 単語の意味と、文の中での役割を説明できる。
- ☐ 主語を変えて、短い文を自分で作れる。

03 / FIVE SUBJECTS & SUPPORT

# ５教科をつなぎ、困ったら相談。

「理由が分かると納得できる」という強みを、ほかの教科にも。

**国語**

**本文の根拠と、設問の条件を結びつける。**

何を聞かれているかに印を付け、本文のどこから言えるかを探します。間違えたら「根拠の場所」「字数などの条件」を見直します。

**理科**

**実験を「目的・条件・結果・考察」で整理する。**

何を変え、何を同じにしたか。結果と理由を分けて説明します。用語・公式・単位も、現象と結びつけて覚えます。

**社会**

**用語を、背景・順番・場所と一緒に覚える。**

「誰が・何のために・何を変えたか」を１文で説明。地理は地図で確かめ、選択肢では人物・年代・場所・因果関係の違いを探します。

### 質問がまとまらなくても、大丈夫。

問題の画像に「ここから分かりません」と添えるだけでも、相談の出発点になります。自分の答えや途中の式があれば、一緒に送ってください。

量や順番の相談なら、**「今日は何から始めればいいですか」「この量だと終わりません」**でも構いません。

## 教材は、困りごとに合わせて選びます。

| 使うもの | この見本での役割 |
| --- | --- |
| **教科書・学校ワーク** | 学校の範囲を確かめ、学んだことを問題で使う。 |
| **atama＋** | 必要な基礎まで戻り、理解に合わせて学び直す。 |
| **質問・学習相談** | 止まった理由や解説の意味を確かめ、量と順番を調整する。 |

教材やAI解説ツールは、目的・契約・利用条件に合わせて選びます。この見本に書かれた全教材・全教科の利用が、すべてのプランに含まれるという意味ではありません。

**自分の場合は？ 通塾をご検討の方は、無料の学習相談へ。**

学習計画の作成・１日入塾体験も無料。無理な勧誘は一切行いません。

日程のご相談は MSP公式LINE：lin.ee/uyEh9wh