

# 夏こそ大切!PDCAの習慣化 スタディプランを立てよう

ここ3ヶ月を見てもきちんとPDCAを実践している生徒さんは、着実に成績をUPさせています。これに対し、計画をまったく立てていない生徒さんは、なかなか成績の向上が見られません。答えは、明白ですね。

保護者様との面談の中で特に気づいたこと。それは「**計画を立てることは大切だと思うけれども、具体的な書き方がわからない**」ということです。どうすれば、PDCAの習慣化ができるのでしょうか？

**子ども任せにしない。→PDCA習慣化には保護者のサポートが必要です。**

## PDCAの実践→習慣化

全人類共通の財産とは？ → 1日24時間

- 1) Plan…2週間分のデイリープラン(起床から就寝まで何をするか)を立てる。
- 2) Do…計画表に沿って実践する。
- 3) Check…就寝前に1日の反省をする。本人のコメントと共に保護者のチェックが必要。
- 4) Action…前週のチェックを活かして、問題点を克服する。

提出されるスタディプランを見てわかることですが、毎週きちんとPDCAを実践しているのはお子さんだけでなく、**保護者の力**が大きいのです。立案から、毎日のチェック、反省(主に「ほめ言葉」)に至るまで**保護者のサポート**がなされています。

「仕事が忙しくてそこまで手が回らない」「そんなことは塾でやってもらって」……「勉強しなさい」「宿題やったの」「テストの点は？」と言うだけで、具体的なサポートを忘れていませんか？PDCA習慣化は、大人でもなかなかできません。ましてや子どもに丸投げでは、まず不可能です。

- ① 保護者様のお仕事が忙しければ忙しいほど、**時間を決めて**お子様のPDCA習慣化のサポートをお願いします。10分でOKです。「**時間がないから宿題ができない**」と言う子は、「**時間があってもできない**」子ですと以前言いました。同じことが保護者様にも言えます。サポートの時間を作って下さい。
- ② 必ず「**ほめ言葉**」から入ってください。つまり、「**できた!**」を「**ほめる**」のです。そうすれば、お子様の自己肯定感が増し、ヤル気も出ます。「ダメ!」「当たり前だろ」は禁句です。前より少しでもできたことは、その都度具体的にほめて下さい。
- ③ 計画は具体的に**数値化**しましょう。成績UPが著しいお子さんほど、目標設定が数値化されており、具体的です。例えば、前回の算数〇〇テストは△△満点中、□□点だった。次回は各プラス5点を目標としたい。

2018  
11月NOV

今週の目標  
○ H30岡白過去問で70点を取る。  
× 算数をがんばる。

Sunday	11/11	Monday	12	Tuesday	13	Wednesday	14	Thursday	15
県立高校入試まで後	116	県立高校入試まで後	115	県立高校入試まで後	114	県立高校入試まで後	113	県立高校入試まで後	112
6	起床	6		6		6		6	
7		7		7		7		7	
8		8		8		8		8	
9		9		9		9		9	
10	算数H30岡白	10		10		10		10	
11	理科H30岡白	11		11		11		11	
12	食事	12		12		12		12	
13	国語H30岡白	13		13		13		13	
17	TV...録画したもの	17		17		17		17	
18	夕食	18		18		18		18	
19	塾...算数	19		19		19		19	
20	塾...国語	20		20		20		20	
21	入浴	21		21		21		21	
22	ゲーム30分	22		22		22		22	
23	宿題チェック 翌日の準備	23		23		23		23	
23	就寝	23		23		23		23	
24		24		24		24		24	
□		□		□		□		□	
□		□		□		□		□	
□		□		□		□		□	
□		□		□		□		□	

テレビもゲームも一方的に禁止するのではなく、**時間を決めてやりましょう**。また、**読書の時間も1日30分は確保**して下さい。

塾学習:	120分	塾学習:	分	塾学習:	分	塾学習:	分	塾学習:	分
自宅学習:	300分	自宅学習:	分	自宅学習:	分	自宅学習:	分	自宅学習:	分
1日の振り返り		1日の振り返り		1日の振り返り		1日の振り返り		1日の振り返り	
算数過去問60点									
国語70点									
理科65点									
目標まであと10点									

その日にできたこととできなかったことも**数値化**してください。具体的な反省こそ明日への糧です。  
振り返り

本人が1週間を振り返って、達成点と問題点を記入します。どちらも何がどれだけできたのか、何のどこが問題なのかを具体的に記入します。

- 達成点...①90%予定通りに進んだ。②国語で目標点を達成した。  
問題点...①ゲームに夢中になって予定時間を30分オーバーした。  
②数学の過去問であと10点不足した。
- × 達成点...がんばれた。  
問題点...目標に達しない教科があった。

コメント

入試は、生徒と保護者の二人三脚です。保護者の励ましの言葉が生徒のモチベーションをアップさせます。達成点を指摘して**具体的に**ほめましょう。

- 水曜日は塾で遅くなったのに12時までやり通しましたね。母さんのほうが先に寝てしまっておめね。
- × よくがんばりました。

一週間の反省もできるだけ具体的に書きましょう。