入試までの学習計画表

生徒用｜公式日程から逆算して週単位で調整｜人間確認前の試験版

対象	東京都立高校の共通問題を使用する受検生（全点数帯）
対象教科	5教科
対象単元	学習計画（入試日からの逆算・週次実行・振り返り）
対象点数	全点数帯
難易度	基礎〜標準
目標時間	30分
公式確認日	2026-08-07

重要： 令和9年度の詳細な実施要綱・同細目は2026年9月公表予定です。公表後は日程・志望校の実施方法・検査教科・傾斜配点を必ず再確認し、学校行事や体調に合わせて計画を調整してください。

教材の目的

公式の入試日程を確認した上で、現在の弱点と使える時間から長期目標を作り、毎週の具体的な学習量・確認方法・実績・調整へとつなげる。

公式情報から確認できること

東京都教育委員会は、令和9年度第一次募集及び分割前期募集の学力検査実施日を令和9年2月21日（日）と公表している。一方、詳細な実施要綱・同細目は2026年9月公表予定である。そのため、学習計画は現時点の公式日程を基準にしつつ、新しい公式情報や志望校の実施方法を確認するたびに更新する必要がある。

使い方

1. 公式日程の確認欄に、公式情報を確認した日と次の再確認日を書く。
2. 過去問・模試・定期考査の記録から、入試までに優先して直す3項目以内を決める。
3. 長期計画を4期に分け、各期に到達目標、学習内容・量、確認方法を設定する。
4. 今週の実行計画に、教科・単元、具体的な学習量、予定分数、確認方法を日ごとに書く。
5. 週末に実績を記録し、未達の作業をそのまま追加せず、優先順位・量・実施日を翌週用に調整する。

練習問題

問題 1

令和9年度の公式日程と自分の最新の学習記録を使い、入試日までの計画を4期に分けて作りなさい。各期に到達目標・学習内容と量・確認方法を設け、そのうち1週間を曜日別の実行計画にしなさい。週末に実績を確認して翌週に調整する方法と、公式情報の次回確認日も書きなさい。

都立入試ナビ

公式日程の確認

公式日程・確認事項	日付・時期	学習計画での扱い
令和9年度実施要綱・同細目	2026年9月公表予定	公表後に日程・志望校の実施方法・検査教科・傾斜配点を再確認し、計画を更新する。
第一次募集及び分割前期募集の書類提出期間	令和9年1月29日（金）～2月4日（木）	出願手続は学習計画と分け、中学校の先生・保護者と公式情報を確認する。
第一次募集及び分割前期募集の学力検査実施日	令和9年2月21日（日）	この日を長期計画の基準にし、直前期に新しい学習を詰め込み過ぎない。
第一次募集及び分割前期募集の合格発表日	令和9年3月1日（月）	学習計画の終了日ではない。受検後の手続は学校と公式情報で確認する。

公式情報確認日：2026-08-07 自分の再確認日：____年__月__日

入試までの長期計画

期	期間	到達目標	学習内容・量	確認方法	実績・調整
1	____/__/__～ ____/__/__				
2	____/__/__～ ____/__/__				
3	____/__/__～ ____/__/__				
4	____/__/__～ ____/__/__				

今週の実行計画

曜日	日付	教科・単元	学習内容・量	予定分	確認・実績
月	__/__				
火	__/__				
水	__/__				
木	__/__				
金	__/__				
土	__/__				
日	__/__				

今週の予定分数合計：_____分 実績分数合計：_____分

都立入試ナビ

計画の原則

・優先順位は「最新の記録での弱点」「繰り返す誤答」「短期間で改善可能か」から決める。

・「復習する」だけではなく、教材・問題数・時間・実施日・確認方法まで書く。

・部活・行事・体調不良に備え、毎週に調整用の空き時間を一つ確保する。

・実績が予定より少ない週は、翌週にすべて上乗せせず、最優先の内容を残して量を絞る。

・学習時間の長さだけでなく、解き直し正答数や説明できたかなどの確認結果を残す。

週末の振り返り

実行できた学習と確認結果：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

実行できなかった理由：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

翌週も続ける学習：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

翌週は減らす・入れ替える学習：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

次に公式情報を確認する日：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

計画後の自己確認

☐ 公式日程の出典と確認日を記録した。

☐ 今の弱点を根拠に、優先する教科・単元を選んだ。

☐ 各目標に学習内容・量・実施日・確認方法がある。

☐ 学校行事・部活・睡眠・休養を考慮した無理のない分数になっている。

☐ 調整用の空き時間がある。

☐ 週末に実績と確認結果を記録し、翌週の計画を修正する日を決めた。

都立入試ナビ