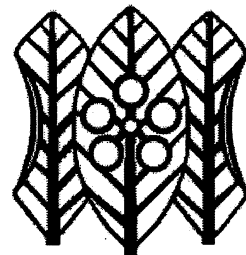


いよいよ明日から夏休みに入ります。三年生にとっては天王山の夏です。昔から「夏を制する者は受験を制す」と言われてきたように、勝負の夏が始まります。



1) 学習計画はどうするか

(1) 計画はいくつかのタームに分ける

例えば、7月終わり・8月前期・8月中期・8月後期などとしていくつかに分割をしておきましょう。どの時期にどれをやるかはっきりさせておきましょう。

(2) 計画には必ず予備日を入れる

計画には修正がつきものです。(1)の各時期の間には必ず予備日を入れるように心がけましょう。予定よりも遅れているなら、ここで挽回しましょう。予定通り進んでいるなら、何か自分へのご褒美としてリラックスしても良いでしょうし、オンとオフの切り替えができればそれも良いと思います。

(3) 計画はシンプルに立てる

計画を細かく立てる、それを修正するなどやっていると計画を立てることに時間が取られてしまいます。計画を立てることは手段であって目的ではありません。計画の目的は学習を効率的かつ効果的に行い、学力を向上させ、最終的には自分の夢を実現させることです。計画を立てることに時間をかけてはいけません。

2) 何をやるか

(1) 得点を稼げる科目を作る

まずは自分の武器となる科目を作りましょう。センター試験で8割が目標なら、9割やそれに近い点数を取れる科目が必ず必要です。

(2) 苦手科目を克服する

せっかく点数を稼ぐ科目があっても、失点をしてしまっては意味がありません。

(3) どうやるか。

- ・手を広げすぎず、やる教材を絞る。

1冊が終わったら、次の問題集に入るよりも、繰り返しましょう。3冊を1回ずつよりも、1冊を3回の方が力になります。但し、完璧に分かっている問題を何回もやるのは、効率も悪いし、あまり意味のあることではありません。大切なのは、1回目で分からなかった問題・間違った問題に絞って繰り返すことです。また、項目ごとに複数の参考書や問題集を平行してやるのも良いでしょう。英語なら参考書で「時制」を学習した後、Vintageで問題に取り組むなど時間対効果を考えて学習しましょう。

- ・目だけでなく、手も耳も使おう

単語を眺めているだけの人はいませんか？脳科学的にもあまり記憶に残りにくいので必ず声に出して読む、書くという作業を入れるようにしましょう。

- ・過去問に取り組むのは？

まだ、過去問に対応できる力がついていない人が大半だと思います。過去問はどういう傾向の問題が出題されているかを見ておく程度で良いでしょう。自分の夏の学習には何が必要かなどをチェックするだけでも、今後の学習の指針になるはずです。

☆役立ち情報：「東進過去問」で検索すると、かなり多くの大学の過去問が見られます。また、河合塾のHPでも上位校の入試問題は見るができます。前者はユーザー登録が必要ですが、どちらも無料です。進路室の生徒用パソコンでは東進はユーザー登録済みになっており、すぐに使用できます。また、進路室にはかなり多くの大学の赤本が常備されています。2泊3日で貸し出ししていますので、有効に利用して下さい。赤本がない大学もありますので、その場合は進路室に相談を。たいていは大学から過去問をもらうことができます。模試の過去問や個別試験の面接・小論のテーマなどの情報も提供できますので、気軽に声をかけてもらえればと思います。

3) どう過ごすか

(1) まずは生活リズムを保とう。

夏休みに入ったからといって、夜寝るのが遅くなったりすると生活リズムが乱れます。生活の乱れは健康や学習など全ての乱れに直結しますので、日頃と変わらない生活リズムを保つように心がけよう。特に三年生は計画通りに行かないからといって、無理をすると後に悪影響が出ると思います。睡眠時間を無理に減らして、後で体調を崩すとそこでまた計画が狂います。計画を無理に遂行するよりも、Keep early hoursを心がけましょう。

(2) 集中を保つために。

自分の部屋では誘惑が多く集中できない人は、学校の学習室や近くの図書館などを利用しましょう。また、同じ教科を続けてやり過ぎないことも大切です。集中を保つためには、適度な休息も必要ですし、この間に軽く体を動かすといったことも有効です。

4) 信念を持とう

「1日に〇〇時間やる」「〇日までには〇〇を終わらせる」といった目標は絶対に死守できるようにしましょう。自分にすぐ妥協してしまっは、良い結果はついてきません。また、言い分けをしない自分になりましょう。「〇〇だから、やれなかった」というのは、所詮「やらなかった」ことに他なりません。

「やれる」かどうか、そこが成功する人とそうでない人の決定的な差です。君たちの意地を見せて下さい。

5) 「学習と進路に関するアンケート調査」(4月)の結果から

この3年間を比較してみると、今年の3年生の学習時間が極端に少ないことがわかります。授業でやったことが定着しないのもこのあたりに原因があると思われます。日頃の予習・復習の時間の確保ができていないので、夏休みでしっかり取り組まないと厳しい結果が待っていると思います。

表の単位は%

平日	現3年生	昨年度	一昨年度	日曜・祭日	現3年生	昨年度	一昨年度
1時間以下	18.9	14.8	17.2	1時間以下	11.3	6.1	7.7
2時間	48.2	38.0	36.1	2時間	12.8	12.7	12.1
3時間	24.8	31.5	29.6	3時間	29.9	15.6	20.9
4時間以上	8.0	15.6	17.2	4時間	20.1	19.2	23.8
				5時間以上	25.9	46.5	35.5

今月の Quote-Unquote

There is no success without hardships. - SOPHOCLES (495-406BC)