

自分に自信を持ち他人と比較することなく目の前の問題に集中せよ。計画に沿って学び続けるのだ。入試当日は最後の科目が終わるまで絶対に諦めるな。(大場 健司)

結果はどうあれ、最善と思われる努力をしなければ今後の人生が開けない。それは恐ろしい人生になるよ。(柳 善一)

寝言でイデオロムが出てくるくらい、シャーペンの中から煙が出るくらいやっているよ。(五日市 浩)

本番で不安な自分の支えになるのは、「懸命に頑張っている今現在の自分」です。後悔しないよう、今を頑張れ!!(長坂 浩之)

自分の努力を信じて強い気持ちで挑もう!皆さんが本番で今の頑張りを最大限発揮できますように。(隅 絢音)

【苦手】なことは逃げても結局やらねばならない。だから逃げるのをやめて、振り返って向き合おうしかないよ。(野村 浩之)

【やってみるか】と自分を信じて苦しいけれど向き合ってみよう。そして【信じられる自分】になるために正しい努力を積み重ねて!!(関野 光希子)

明日ではなく今日やろう。日々大切に丁寧に過ごそう。君の可能性は無限大。最後まで挑み続けよう。(末武 淳一)

受験の選択肢に「合格」と「不合格」の二択はありません。「合格」か「諦める」かの二択です。諦めない心があれば、あなたを合格に導きます。(村田 寛之)

今年は環境的には大変なこと多いですが、それはみんな同じ。結局最後までしっかりと取り組むしかない。(松永 弘文)

今までコツコツ勉強してきたことを入試問題に思い切りぶつけてください!!応援しています!(富田 宏美)

緊張するのはみんなが一生懸命取り組んできた証拠です。良い緊張感を持ちつつ、本番はできるだけ平常心で臨んでください。あとすこし!!がんばろう!(神山 仁)

受験は将来の可能性を広げるチャンスです。まだまだ時間があります。焦らずに丁寧に力をつけていきましよう。応援しています。(岡本 武)

いま自分に出来ることを全力で。地味で面倒臭いことを誠実に。最善の準備をして本番に臨もう!(高寺 大介)

受験は自分で決めた新たな道への挑戦である。受験が終わったときに「ああ、やり切ったな」と思えるように直前まで努力を怠らずに頑張ろう!(佐々木 光介)

受験まで残りわずか。ここでの頑張りが本番での自信に繋がります。試験中、解答に迷いたくなかったら、今、一生懸命に勉強に取り組みよう。(矢上 有一)

不安になるのは今まで頑張ってきた証拠!頑張った自分をほめ、信じて全てをぶつけよう!!受験前日は早めに寝てね。(小澤 浩太)

いよいよ勝負。創学舎で身につけた努力の方法を思い出し、当日の答案と冷静に対話し、これまでの自分を発揮しよう。(福田 将照)

「受ければ必ず受かる」これ受験の第一義なり。己の甘さを断ち、日々修練すれば、然る後、自ずと不安に克つ。斯くのごとくならば、いかなる困難に遭おうとも、豈に恐るべけんや。祈必勝。(山崎 将之)

受験勉強という長く険しい道を踏破してきた君たちならば、きつと最高の景色を望めるはず。その手で栄光を掴み取ってください!!(平野 陽大)

受験生になったとき、きみは、どういう結果を望んだか?もう一度思い出せ。毎日思い出せ。三月をどういう気持ちで迎えたのか?よく考えろ。毎日考えろ。そして、残された日々を一瞬の無駄もなく大事に過ごせ。(小林 健輔)

受験生への



メッセージ

適切な Stage を選べ。自分の Style を作れ。最後まで Spirit を失うな。(片岡 秀樹)

今まで懸命に努力してきた自分こそ、本番の心の支えとなります。自分を信じて、合格を勝ち取ってください。(津田 慈)

いつもと変わりなく粛々と計画どおりに。学ぶ機会を用意してくれたご両親への感謝の気持ちを忘れず、ご家族との時間を大切に!よい年末年始を過ごしてください。(石塚 正人)

これまでやってきたことは嘘をつかないはず。自分を信じて最後まで頑張ろう!そして、家族、友人、先生……。周りの支えがあったことは忘れないでね。(石崎 翔)

受験生でいられるのも残りあとわずかです。だからこそ今この瞬間を大切にしてください。受験生でいられることの感謝を忘れずに、一緒に最後まで駆け抜けていこう。(櫻村 公太)

入試までに残された時間はまだまだ十分にあります。最後の最後まであきらめずに正しい努力をしてください。(村上 静馬)

いよいよ本番ですね。今まで積み重ねてきたこと、たくさんありますね。残りの時間、気を引き締めて一緒に頑張ってください。(比嘉 あかね)

受験の重圧 (pressure) こそ本当に嫌いだ。だけど、自分の幸せが大切な人に喜んでもらえる、そんなラッキーな重圧 (pressure) じゃ、最高だ。逃げるなよ、思いつきの重圧 (pressure) 背負ってみよう。我々も半分、背負うよ。(松尾 裕史)

「体」も「心」も整えていきましよう。気持ち揺れ動いてしまふときは……空を見上げる、体を動かす、だれかとたくさん話す。効果的ですよ。「心」を強く持って、受験に挑もう!(青木 隆一)

受験当日は脳が燃えてしまします。チョコリートを持参し、休み時間に糖分を補給しましょう。効果絶大ですよ。(澤田 秀樹)

残された時間でできること、ただたくさんあるはず。限りのある時間を無駄にしないように。心配事があれば教室の先生たちにすぐに相談すること。(上田 悠介)

家族への感謝の気持ち、家族との日々の時間を大切に。応援しています。(小野 桃花)

受験は自らの手で将来を切り開ける貴重な機会です。今までやってきたことを信じて、不安になるのではなく、是非楽しんでみてください。(笠井 佳)

なすへきことひたすら集中!!実力は直前で驚くほど伸びる!最後の最後までしっかりと諦めない!!(高橋 力)

体調にはくれぐれも気をつけて。100%の状態を挑みましよう。(上野 真宏)

山高み 雲井に見ゆる 桜花心のゆきて 折らぬ日なき 凡河内躬恒(古今和歌集より) 諸君が納得できる結果が出せますように!(鮎澤 崇嗣)

習慣を変えろ。やり方を変えろ。

●十二月も半ばを過ぎ、受験生にもあせりの色が濃くなってきた。何度言っても真面目に取り組まなかった生徒もさすがに心を入れ替えてがんばるようになった。このまま本番まで続けてくれることを祈る。一方で、今まで順調にやってきたのに、ここに来て失速する人もいる。何とか立て直して、本番に向かってほしい。

●さて、受験生(高三生)の中で未だに模試で力を発揮できずにいる生徒が一定数いる。昔は中学生も教えていたので想像はつくが中学生も状況は同じだろう。一番多いのは次の悩みである。**時間内に終わりません。**

●この生徒達は、以前は終わっていたのではない。ずっと時間内に解ききれないのである。「配点の大きい問題からやってみます」とか「時間配分に気をつけます」とか、本人は試行錯誤するのだが、なかなかうまくいかない。申し訳ないけれども、うまくいくことは永久にないだろう、今のままでは。

●何故か？それは、その生徒が時間が足りない理由を知らないからだ。それも無理はない。世の中に、それを書いた本は恐らく無いし、親も知らない。教える立場の人も多分意識してはいないはず。そもそも生徒が自分で気付くのは無理で周りが助けてあげなければならぬのだが、以上のような状況で放置されることになる。

●で、私がこうやって書くことになるのだが、時間が足りる・足りないも、合格点がかせげる・かせげないも、すべてテストのときの心の動きにある。心の動き次第で、同じ学力で、中学生であれば偏差値六〇になる人もいれば七〇になる人もいる。高校生であれば、五〇になることも六〇になることもある。時間が足りる人も足りない人もいる。それほど心の動きは重要な要素なのだ。(因みに高校入試Vもぎの偏差値七〇は、大学入試の河合模試の六〇に相当する。)

●では、時間が足りる人・偏差値がよい人たち、

つまりテストに強い人たちは、テストのとき、どうしているか説明しよう。そもそも、きちんと考えた結果は三通りになる。①これだ・②多分これかな?・③分からない。で、強い人はこう反応する。①はすぐ解答用紙に記入・②もすぐ解答用紙に記入・③は「カン」ですぐ記入。ただし、②と③については印をつけておいて、時間が余ったら後でやる。

●一方、テストに弱い人はこうだ。①心配になって確かめる・②心配になって該当箇所を読み直し、これでいいか迷う・③あきらめきれずAかなBかなと迷い続ける。結局、この人たちは、考えるのではなく、迷うことに相当の時間を使うことになる。当然時間は足りなくなるし、迷いが心を支配しているから得点も伸びない。

●テストに強い人たちは「考えてすぐ記入する」という動き方を身に付けているが、これはほとんどの場合、無意識にそう動いているのである。お分かりだろうか?時間が足りないあなた、実力を出せないあなた、すぐ変えなさい。あなたの習慣を、あなたのそのやり方を! (小林)

実は大切な受験当日の盲点

●年が明けると入試シーズンが始まる。受験の注意は下の記事で読んでもらうとして、そこに書いていないことを述べておきたい。

①入試会場は暑すぎる人が多い。座っているだけで汗ばむ程。だから、すぐ脱げるような服装で行くことは大事。大学受験生は、半そでになれるようにして行くこと。セーターは面倒なので、カーディガンを重ね着していくことをおすすめする。凍らしたペットボトルは必携。

②高校入試で体育館を使うことがたまにあるが、ものすごく寒い。靴下を余分に持って行く。もう一枚重ね着できるように。携帯カイロをたくさん。

③高三生がうける共通テストは大学などの施設を借りて実施されるので、運営する職員の意識が低い。その試験によって自分が勤める大学の

評判が左右される訳ではないからか?以下実話 (1) テスト中に監督者の女性がハイヒールで歩きまわり「カツ、カツ……」と靴音が響く。

(2) 監督者が、テスト中に特定の女生徒の前にならずと立っていて見つめている。生徒が困った顔でならむと「ニコッ」と笑い返した。その日つけた科目の全ての時間。

(3) テスト中、廊下から窓越しに同僚が話しかける。「今日どうする」「いつもの所でいいんじゃない?」「分った。あとでね。」

(4) 体調の悪い生徒がテスト中に吐いた。監督者は「きみ、大丈夫?」といったきり、吐瀉物はそのまま。生徒は口を拭いてテストを続ける。やがて吐瀉物の臭いは教室に広がる。国語のテストでした。

④時計を忘れたら大変な目に合う。教室にない。あつても遠くで見えないことも多い。

⑤友人と待ち合わせをして一緒に行くことにしたが、なかなか来ない。遅れそう。いらいらしているところに電話。「ゴメン!遅れそうだから車ですつてもらっている。一人で行って……。」

「絶交だ!」

⑥休み時間に無神経に話しかけてくる知り合い。気分が良くなるならいいけど、迷惑なことも。直前に見ておきたい問題をめくっていると、「ねえ、何か問題出して……分った。それ〇〇でしよ。ねえ、次も出して!」「あっち行って……。」

⑦休み時間に自慢する奴がいる。「どうだった?おれ、できたぜ。超カンタン。満点かもしれない。」「おれ、ここ落ちるはずねえよ。こんなところ落ちちゃったら人間やめるよ……。」「やめれば……。」

●こんな現実がひよつとしたらキミたちを待っているかもしれない。③のようなことは、めったにないが他は可能性がある。しっかりと心の準備をしておくことが大事。心配なことは、とにかく講師に相談すること。高三生は授業で作戦を授ける予定。ともかく、皆さんの健闘を心から祈ります。(小林)

★大学受験・高校受験の当日の注意★

- ① 腕時計を忘れるな。
- ② 鉛筆、消しゴムはたくさん持っていけ。(中学生は定規・コンパスを忘れるな!)
- ③ トイレは早めに行く。
テスト直前に行つて混んでいたら?あきらめて我慢するのは最悪です。テスト開始に多少遅れても済ませるべき。我慢している状態では解けません。また、大学入試でトイレトーパーがなかったという事態がありました。ポケットティッシュは多めにポケットに入れておくこと。
- ④ あがつてしまったら、必ず作業する。
言葉で自分を落ち着かせようとしてもムリ。手をさすったり、体操したり、手をふったり、深呼吸をしたり、文房具の手入れをしたり。作業に集中することで落ち着きます。
- ⑤ はつたりに負けない。マイミュージックを聴こう。
「できたぞ。」「やさしかったよな。」「おれ満点かも。」と大きな声で周りを威圧する人がいます。無視。流されてはいけません。マイミュージックを聴いて、気分を変えよう。
- ⑥ 傾向が変わったら大チャンス。
みんなビビります。当然、あなたもビビります。大事なのは、その先。みんなビビって頭の中が真っ白のはず。だから、「みんな点は伸びないぞ。自分は落ち着いて、とれる所を確実に解いて、合格に近づこう。」と考えるのです。おぼえておいてね。
- ⑦ 保冷剤は役に立ちます。チョコも必需品。
保冷剤は頭がボーッとなったとき、首やほっぺにあてるとすっきりします。チョコを食べてエネルギー補給。
- ⑧ 三教科あれば一教科、五教科あれば一教科や二教科失敗するのは当たり前。
* 一教科失敗↓引きずって失敗×
* 一教科失敗↓気持を整えていつも通り〇
どちらがいいか分かりますよね。失敗したことをひきずらないで、他の教科をきちんとやれば合格に近づきます。
- ⑨ 昼食後、眠くなる人は、食べるものを工夫する。
給食のあとの五時間目に眠くなる人は、テストのときも同じこととなります。昼食をゼリー・プリン・みかんなどにかえると、かなりよくなります。これも模試のときから練習すること。
- ⑩ 当日持参するテキスト問題集にはフセンを貼る。
本を持って行つても、どこを見るか決めていないと無駄です。心配なところが次々に出てくるだけ。直前にやる問題には「フセン」を貼っておきます。短時間で目を通せませす。

⑪ 残された模試の回数は少ないと思いますが、模試のときも必ず右のことを読んで、覚え込んで行くこと。
本番に備えての練習です。(小林)