

完璧を求めすぎないよう。」「七割出来れば上出来」「くらいで丁度良いです。自分にとって得意な形式の問題、やりやすそうな問題から手をつけていきましょ。そして、試験会場では面白そう、ネタになりそうな人を見つけて、自分の脳を楽しませてみて下さい。(青木隆一)

迫りくる試験、「焦りを感じてませんか。」「何度も、何度も、失敗してもいい。可能性が低くても、あまりめななくとも。受験に意味を求めなくていい。今日の前のできることをすればいい。この世界で頑張る発展途上の自分を信じるのができれば、それでいい。(松尾裕史)

受験は将来の可能性を広げるチャンスです。目標に向かってできる限りのことをやるのができれば、きっと今後のあなたたちにとって素敵な財産になると思います。(岡本武)

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ない。(大場健司)

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、一生懸命に勉強を取り組もう。(矢上有二)

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。三月をどう過ごすか？毎日思い出せ。残りわずか。毎日口をえろ。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)

残された時間でできること、ま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も相談しよう。(上田悠介)

入試まではあとわずかとなりましたが、やることは今までと大きく変わりません。必要以上に焦らず気負わず、地道な努力を積み重ねて下さい。そうすることが、みんなが本番で力を発揮するための助けになるはず。応援しています。(神山仁)

体調にはくれぐれも気をつけて。100%の状態で見つけよう。(上野真宏)

受検の選択肢に「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)

春來草自生春またたきは草おのすから生ず。

その時が来なければわからない心境。今まさに進路決定の時。親がどうの、先生がどうのと言ったって、言われたから仕方なくやっていくのは目が出ません。自らやる気を出して、ため、合格を目指して春を迎えよう。(阿部俊二)

受験当日は脳が燃えてしまします。チョコシートを持参し、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)

いま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)

寝言でイティオムが出てくるくらい、シャーペンの先から煙が出るくらいやっていこう。(五口市浩)

試験が近づいてくると、焦りを感じながらもしれません。しかし、無理して体を壊しては本末転倒です。愚直に、確実に。出来ることを積み重ねていきましょう。(山下正和)

「受ければ必ず受かる」これ受験の第一義なり。この甘言を断ち、日々修練すれば、然る後、自ずと不安は消え。斯くの如くは、いかなる困難に遭おうとも、世に恐るべけんや。祈り必勝。山崎 将二

受験生への



メッセージ



入試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。入試本番で後悔しないよう、今を精一杯頑張れ!!(長坂浩之)

受験は、自分で選んだ新たな目標への挑戦である。その目標に向かって突き進んでいきましょ。そして、受験を終えたとき「ああ、やり切ったな」と思えるように、直前まで努力を怠らさずに頑張ろう!!(佐々木光介)

なすべきことにひたすら集中!! 実力は直前で驚くほど伸びる!! 最後の最後までけっして諦めないこと!!(高橋力)

今から特別なことはもうできません。今までもってきたことを継続していくのみ。直前まで進み続ける。これが秘訣です。(松永弘文)

受験で大切な3つのSがある。自分からさわしい戦場、適切なStageを選べ。自分の流儀、Styleを作れ。心が折れそうになっても、最後の最後までSpiritを失いな。(片岡秀樹)

【苦手】なことは逃げても結局やらねばならない。だから逃げないのをめめて、振り返って向き合おうかな。【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よう。(関野光希子)

山高み 雲井に見ゆる 桜花 心のゆきつ 折らぬ日々なき 刃河内躬恒(古今和歌集より) 諸君が納得できる結果が出せますよ。うー!!(鮎澤崇嗣)

これまで努力を積み重ねてきた自分を信じてただ臨むのみです。人生の1つの分岐点ではありますが、臆すことなく、楽しんでいきましょう。試験直前にラムネを食べて集中力アップしていきましょう。(龜高樹弥)

どんなに険しい道のりでも歩き続けなければいずれ踏破できます。今はまだ「ゴールが見えなくても自分を信じて歩みを止めずに進みましょう。慌てる必要はありません。地道な一歩一歩が君たちを合格というゴールに導いてくれます。(平野陽大)

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)

今までたくさん努力してきたと思つので、全て出し切るように、変に緊張せず平常心で頑張ってください。応援しています。(宇井直也)

最後に信じるのは「自分のやってきた事」です。一日一日を大切に、自信を持って受験に臨んでください。(梅木健二)

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)

結果はどうあれ、最善と思われ努力をしなければ今後の人生が開けない。それは人間の宿命だ。(柳善一)

『私』の勉強術 その十

「なんとなく」を克服して「なんとなく」を覚えた法

これまで「私の勉強法」シリーズでバトンをつないできました。熟読していただいている保護者の方も多いようで、保護者面談の際に、「〇〇と書いてあったのですが、うちの子もやらせた方がいいですか？」や「いろいろな勉強法があって、どれを取り入れたらいいですか？」とご質問をいただくこともありました。

勉強の手法は数あれど、個人ごと科目ごとに何が適しているか、絶対正解の手法はありません。「僕にはこれがよさそうだ。」「この科目にはこの方法が適している。」と取り入れやすいところから取り入れていただくのがよいかと思えます。

今回、私が提案する勉強法は、勉強が苦手な子(あまりやる気が出ない子)やテスト勉強の第一歩におすすめの勉強法になります。その勉強法の名前は、「なんとなく反復していたら覚えちゃった法」です。「勉強やりたくないな」「楽しんで点数上がらないかな」と考える人は多いかと思えます。そこで役立つのがこの方法です。

思い返してみてください。つけたままにしていたテレビ。そこから流れてくるコマーシャルの歌やセリフ、なんとなく覚えて口ずさんでしまうことありませんか？「カステラ一番、電話は二番……♪」であったり、「ピアノ売ってちょうだい、もつとも〜と〜……♪」であったりだとか。では、なぜ興味のないもの、なんとなく頭に残っているのでしょうか。それは、何度も何度も繰り返して耳に入るからです。宣伝広告というものは、意識を向けさせるだけでなく、人間の無意識に働きかけ、なんとなく知っているといるという状態を作り上げる効果があります。

なんとなく覚えていた、このようにあまり

労力をかけずに覚えられる方法を勉強に取り入れられない理由があるでしょうか。私自身が今回紹介する「なんとなく反復していたら覚えちゃった法」を取り入れたのは、大学生のときでした。テスト勉強がめんどくさい、テスト期間でもゲームをしたい、テスト期間でもバイトを休めない、その時間を上手く作ることができないかなど考えた結果あみだした方法になります。勉強が苦手な子・嫌いな子は特にこの方法をおすすめします。

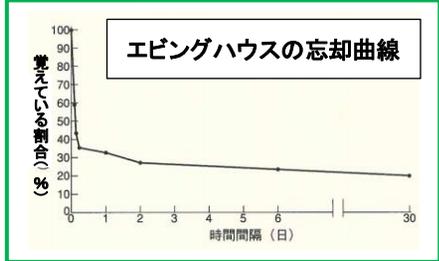
それでは早速、「なんとなく反復していたら覚えちゃった法」のフォーステップと、プラスアルファのツーステップをご紹介します。

1 学校・塾で習った内容を、その日のうちに読み返してから寝る。真剣に読み込む必要はありません。一時間の授業で習った内容を、二・三分ほどでただ流し読みするだけで大丈夫です。あまり深く考える必要はありません。ただ目を通すだけです。そのとき、「先生がこんなこと言いながら授業していたな」と思い返してみるとさらに効果的です。

2 1で読み返したものを、翌日にもう一度読み返す。昨日も二回(授業+1読で)目にした内容ですので、すぐに読み終わると思います。

3 2で読んだものを、二・三日後に再び読み返す。かの有名な「エビングハウスの忘却曲線」のように、人間の記憶はどんどん整理され、記憶は忘却していきます。記憶から抜けかけている頃に目を通すことで、忘却を防ぎ定着を促していきます。

4 あとは③を繰り返すのみ。五回ほど繰り返せば、おおかたの内容は「なんとなく」頭



の中に定着しているはずですが。ここまででフォーステップは完了です。

ここからは、仕上げ・実践編のツーステップになります。(※創学舎で日頃から行っているテスト対策の手法と同様の内容になります。)

1 なんとなく頭の中に定着した知識を定期テスト一ヶ月前ぐらいからワークを解いてアウトプットします。4までの作業では、なんとなく大枠を掴んでいるだけですので、ここで細かな内容や理解不十分のものを確認します。

二以降、ワークの二回目、三回目など、創学舎の指導で日々行っていることをしっかりとこなしてください。

私が紹介した「なんとなく反復していたら覚えちゃった法」は、日々のほんの少しの頑張りでだけ行えます。毎日長時間机に向かうのは嫌だなと思っている人には是非とも取り入れていただきたいと思っています。

(補足：パーソナルで導入している「モノグサ」は、今回紹介した学習法にまさに最適です。パーソナルに通っている方は、ぜひとも有効活用してください。)(上田)

★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。テスト直前に行って混んでいたら？ 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、大学入試でトイレレットペ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 あがってしまったら、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

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 はったりと負けない。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。大事なものは、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。

保冷剤は頭がポツとなったとき、首やほっぺにあてるとすつきりします。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○
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になります。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・問題集には付箋を貼る。

本を持っていても、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付箋を貼っておきます。短時間で目を通せます。

※ 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記のことを読んで、覚え込んでいくこと。本番に備えての練習です。

(小林)