



# 第3学年通信

VOL.29

2018.5.2(木)

3年生になって1カ月が経とうとしています。受験勉強は順調にスタートできているでしょうか。そもそも受験勉強とはどのような勉強を言うのでしょうか。あらためて確認しておきますが、受験勉強とは、「志望校合格に必要な力と現時点での自分の力との差を把握し、受験本番までにその差をどう埋めていくか計画し、実行していくこと」です。『蛍雪時代5月号』（旺文社）の「80%を突破する！センター試験に勝つのはこんな人！」という特集記事でも、「目標から逆算して計画を立てられる人」がセンター試験に勝つことができると書かれていました（『蛍雪時代』は各HR教室に置かれているので、ぜひ読んでみてください）。したがって、受験勉強を無駄なく進めるためには、まず志望校を明確にすることが必要だと言えます。進路希望調査が昨日実施され、土・日の全統マーク模試でも志望校を記入しました。来週土曜日（5月12日）にも全統記述模試があり、再度志望校を書くこととなります。6月2日（土）・3日（日）および7月7日（土）・8日（日）の進研マーク模試・進研記述模試でも同様です。それらの進路データを基に、3年生1人1人に関して志望校検討会を6月26日（火）～27日（水）に行う予定です。志望校合格に必要な力と本人の力との差がどれくらいか、そしてその差を埋めるためには何が必要かを分析し、アドバイスするためです（夏休み3者面談の材料にもなります）。当然ながら、有効な分析とアドバイスを行うには、明確な志望校があることが必要となります。自分自身で進路研究をしっかりと行うとともに、保護者とも志望校について密に相談し、**少なくとも上位志望校（第1・第2希望、できれば第3志望も）に関してはできる限り毎回同じものを書けるよう努めてください。**

## 近日の予定

- |    |             |                |
|----|-------------|----------------|
| 5月 | 3（木）～5（土）   | 3年生特別学校開放      |
|    | 11（金）       | PTA理事会・専門部会・総会 |
|    | 12（土）       | 全統記述模試         |
|    | 22（火）～24（木） | 中間試験           |
|    | 26（土）       | 土曜補習           |
|    | 29（火）       | クラスマッチ         |
| 6月 | 2（土）～3（日）   | 進研マーク模試        |
|    | 7（木）～8（金）   | 校内模試           |

※全統記述模試は国公立大2次試験・私立大個別試験に合わせた受験となります。文系は国・英・歴史、理系は数・英・理科（2科目）です。また、マーク模試と合わせたドッキング判定が出ます。

※基礎力養成期の1学期は、**授業への集中力を高めること、そして主軸教材（問題集、参考書など）を徹底してやり込む**ことが大切です。色々なものに手を出してどれも中途半端になるのは禁物です。「これは」と決めた教材を何度も繰り返し、完璧にしましょう。昨年度の学年通信で述べたように、単語ならば「0.1秒で思い出せる」くらいやり込む、2～3回で放り出したりせず「6回繰り返す」くらいの覚悟が必要です。

※受験を最後までやり抜くためには、一定の生活リズムを維持することが大切です。このことは、最初に述べた『蛍雪時代5月号』「80%を突破する！センター試験に勝つのはこんな人！」でも述べられていましたので、以下に紹介します。

## こんな人② 規則正しい生活ができる人

### ルーティンの確立が長期戦を制する

「いよいよ受験生、あと1年しかない」と焦る読者の方も少なくないと思います。これからの1年は怒涛です。気を抜くとすぐに終わってしまうので、一日一日を大切に過ごしていく必要があります。

とはいえ、1年間は長期戦。その場しのぎの学習では1年間を通じ、安定して学力を伸ばすことは難しいのです。センター試験は「基礎力」が問われる試験。その一方で科目数も多く、勉強時間が足りずに泣く人が多い試験でもあります。勉強時間を確保すべく、この時期に自分の生活のルーティン確立するのが勝ちパターンです。

### 起床・就寝時間を死守して生活リズムを固定する

そのルーティン確立のためにオススメなのが、「生活の3点固定」。起床時間、自宅学習開始時間、就寝時間の3つを決めてしまう方法です。最重要なのが起床、就寝の時間。この2つは「どんなことがあっても崩さない」くらいの気持ちで守ってください。

表にして机に貼る、手帳に記録を付けるなど「見える化」しておく自分の生活の乱れに気づきやすくなります。リズムが崩れたらまず翌日の起床時間を守るようにしましょう。その日は多少の寝不足になるかもしれませんが、自然と就寝時間には眠くなってきます。こうすることで生活リズムを元に戻しやすくなります。

### 勉強する時間を確実に決める

この2つが安定してきたら次は「自宅での勉強開始時間」を決めましょう。平日と土日に分けて、「この時間になったら机に座る」時間を決めてしまうのです。こうすることで自然と学習時間を確保することができるようになっていきます。

※今年1年間の受験スケジュール概略を裏面に掲載しました。**節目節目に何があるか把握しておき、早め早めの準備を心がけてください。**

※3週間後には中間試験があります。**ここでのヌケ・モレは、そのまま受験勉強の穴となってしまう**。明日のゴールデンウィーク後半から計画的に取り組み始めてください。

裏面に続きます