

◎高3秋から実戦演習に取り組む際、先輩が注意すべきだと思う4つのこと

夏休みに基礎固めをある程度終えられたら、高3秋にはいよいよ実戦演習。しかしひと口に実習と言っても、ただがむしやりに解くだけでは後悔することも。そこで、志望大に合格した先輩が考える、高3秋からの実戦演習で注意すべき点を紹介します。

○問題を変えずに「同じ問題の繰り返し」から始める

問題集をいくつも使うよりも、同じ問題を繰り返す方が、解き方が身につけやすく、苦手もあぶり出しやすいという先輩が多数いました。

【先輩体験談】

最初は問題を間違えても解き直さず、新しい問題を解き続けましたが、なかなか苦手をつぶすことができませんでした。過去問は多くの年数を解くよりも同じ問題を3、4回繰り返す方が効果があります。<埼玉大 教育学部 T・Y先輩>

【先輩体験談】

典型的な問題をひたすら解き、問題を見ただけで解き方の流れがわかるようにしました。試験開始時に解ける問題の見通しを立てられるようになりますし、対策すべき問題も浮き彫りになります。<北海道大 総合教育部 R・K先輩>

○基礎が固まっていなければ無理して問題演習せず、並行して基礎固めに戻る

「秋からは実戦演習」と考えすぎて、基礎が固まっていなのに演習をし続けても、点は伸びず、焦りが積もるばかりです。思いきって基礎に戻る必要があると先輩たちは語ります。

【先輩体験談】

基礎が固まっていないのに、周りが実戦演習し始めたのに流されて、点が伸びないまま時間をロスしました。演習と並行した基礎固めは大変ですが、解けない演習をし続けるよりも効果があります。<筑波大 理工学群 K・O先輩>

【先輩体験談】

演習をしていると基礎知識の抜け漏れが必ず出てきます。それを簡単に見逃さず、一度立ち止まって対策することが、その後の演習での得点の伸びを後押しします。

<早稲田大 文学部 Y・M先輩>

○志望大の過去問に触れ傾向に合った演習をする

網羅的に実戦演習せず、志望大の出題形式や難易度にあった演習をすれば、単純にアウトプットする力がつくだけではなく、志望大の2次試験に向けて効率よく力をつけられます。

【先輩体験談】

まず志望大の過去問を解き、毎年出題されやすい単元、難易度を把握してから、どこに重点を置いて演習するかを考えるようにしました。<立命館大 薬学部 S・U先輩>

【先輩体験談】

冬になるとセンター試験対策中心になるので、第1志望大以外の過去問も含め、傾向は秋には把握しておく、2次試験直前に特殊な形式に焦らずにすみます。

<立教大 法学部 A・T先輩>

○センター試験と2次試験のバランスを考えて演習する

センター試験と2次試験、どちらの演習もすべきですが、配点や、記述問題のニガテ具合などにより、センター試験中心・2次試験中心のバランスを時期ごとに考える必要があります。

【先輩体験談】

センター試験と2次試験の配点比率が1：1だったので、周囲が志望大の過去問中心に演習するなかでも、2次試験の対策をしながら、土日にセンター対策を必ずやるようにしました。

<埼玉大 教育学部 Y・N先輩>

【先輩体験談】

9月からはセンター試験の過去問を解き、解説をしっかりと読むことに専念しました。解くことはもちろん大切ですが、解説を読むことに時間をかけたおかげで点数が伸びました。

<新潟大 人文学部 M・O先輩>

【先輩体験談】

配点的に2次試験対策の方が重要だったので、秋は2次試験の演習を中心に対策。これによりセンター試験後、すんなり2次試験の勉強に移行できました。

<東北大 歯学部 K・O先輩>

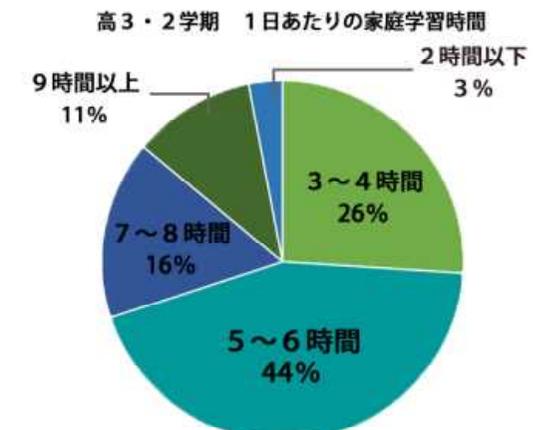
【先輩体験談】

秋は志望校に似た他大の過去問を集めて記述の練習を繰り返しました。その結果、12月・1月はセンター試験に向けた演習に専念でき、センター後には焦って記述練習をしなくてすみました。<首都大学東京 都市教養学部 C・B先輩>

先輩たちの4つの注意点を踏まえながら、正しい実戦演習を行い、志望大に合ったアウトプットの力を効率よく身につけましょう。

◎大学合格者に聞いた！高3・2学期の学習時間

基礎固め、ニガテ対策、実戦演習。勉強時間はいくらあっても足りないけれど、一日に使える時間は決まっています。そこで、大学に合格した先輩たちが、高3・2学期頃に1日のどれぐらいを勉強時間に費やしたのかを紹介しましょう。



※2016年度入試 大学合格者アンケートより

○勉強時間はしっかり確保5～6時間が最多

最も多いのは5～6時間。7～8時間という人も16%います。一方、以下の体験談にあるように、睡眠時間はしっかり確保したいところです。

これは、平日の放課後、17時に家に帰り夕食・お風呂に2時間費やすと仮定すると、夜中の1時頃まで勉強をしているということ。休日は食事やお風呂などに5時間費やすと仮定すると、朝9時に勉強をスタートしても23時まで勉強しているということになります。

【先輩体験談】

眠気は勉強の最大の敵。いくら勉強時間を確保できても、集中できていなければ意味がないので、睡眠時間を削って勉強することだけは、できるだけしないようにしていました。

<東京理科大 薬学部 S・Y先輩>

○朝型勉強を定着させ集中できる勉強時間確保

平日1日に6時間の勉強時間を確保しながら、睡眠をしっかりと6時間確保しようと思うと、なかなか放課後だけで勉強するのは難しいかと思います。ではどうやって勉強時間を確保するかというと、多くの先輩が朝早く起きて1時間程度の学習をする「朝型勉強」をするようにしていたようです。

【先輩体験談】

土日の朝は早く起きて、1週間の気分転換にゲームを1時間ほどすることにしていました。そうすることで、早起きをして1日の勉強時間をしっかり確保しながら、気分転換もでき、健康で集中力のある生活ができます。ちなみに早く起きられなかった時はゲーム時間はなし！とするとより効果的です。<東京大 理科1類 M・B先輩>

朝型勉強をしようと思うと必然的に寝る時間が早くなります。睡眠は長さだけではなく、22時～2時までの間の時間を睡眠に充てることで、質の高い睡眠が取れてより集中力が上がると言われています。朝型勉強をすることで「集中できる6時間」が確保しやすくなるというわけです。

大事なものは「勉強しながらも早く・十分に眠る」ということです。平日6時間、休日9時間の勉強時間と、毎日6時間の睡眠時間。「6・9 & 6 (ロックンロール) の法則」と覚えて目安にし、集中できる勉強時間をしっかり確保して勉強するようにしてください。