



学習だより 第2号

令和2年6月15日 学習部

<7月の学習に関する日程>

6/29(月)~7/2(木)	期末テスト
2日(木)	授業アンケート・生徒実態調査
4日(土)	3年記述模試



※ 予定は変更される場合もあります

<今月の話>

こんにちは。学習部の小太刀です。全年次一斉登校が始まり約3週間経ちました。授業には慣れましたか？学びの時間を大切にできていますか？

ところで、皆さんは養老孟司さんを知っていますか？

養老孟司	— 1937年神奈川県生まれ。医学博士、解剖学者。著書『ハカの壁』が
(よろろうたけし)	419万部を記録し、戦後日本歴代ベストセラー4位となった。

養老孟司さんの言葉にこんなものがあります。

**変わっていくこと、それが学ぶということ、知ることです。
自分が変わっていなかったら、何も学んでいないと思えばいい。**

これを読んでみなさんはどう感じましたか？

みなさんは気持ち次第、学び次第でまだまだ変わることができます。 授業や部活動などからの学びを通し、自分自身の変化を感じたいものですね。

<期末テストについて>

早くも1学期の期末テストが2週間後に迫っています。準備は順調ですか？

●1・2年次

1年次生、中学校の時のような問題集丸暗記だけでは高得点は狙えませんよ！
2年次生、ここからの学び方や成績が来年の進路に大きく影響します！

2週間前~1週間前

- 教科書、ノート、問題集（配布プリント、小テスト含む）等の確認
→ 授業で使用したすべてのものが定期テストの出題範囲になります。
(科目によっては学校休業中の課題も含まれます。)
- 苦手分野を早めにチェックし、優先的に勉強しよう。
→ ① 早い段階でテスト範囲全部をざっと見ておく。
→ ② 「理解できていない」「わからない」箇所をチェック。
→ ③ その部分にふせんを付けたり、×印をつける。
→ ④ そこから優先的に学習する。
→ ⑤ 後で慌てないで済む。

1週間前~直前

- テスト範囲を一通り勉強して、うろ覚えの箇所をつぶす。
→ “だいたい理解していたもの” や “わかっていたつもり” のものを



“何度問われても正解が出せる” までにしておく。

- 暗記事項を繰り返し覚える。
→ 単語・文法・公式・用語など、暗記事項は覚えるまで何度も繰り返そう。
→ 暗記にだらだら何時間もかけることはオススメできません。
短時間集中型(部屋での1時間、通学時間、就寝前など)にしましょう。
時間を空けての反復学習の方が、記憶がより定着すると言われています。

●3年次

定期試験の勉強はそのまま受験勉強になります。別のものではありません！
一般受験の人は定期試験範囲を受験範囲の一部と捉え、その部分を完璧にしよう。

勉強法を工夫しよう！

☆『その日のノルマ（範囲）を決めて勉強する！』

もちろん「勉強時間」も重要です。

しかし！もっと重要なのは・・・その日に・・・

何をどのくらい勉強するか、つまり「ノルマを決めて勉強すること」です。



（受験に失敗してしまう生徒の例）

「ボクは毎日5時間勉強しています。とにかく5時間はやっています！」

でも・・・実際は・・・

この生徒はダラダラとお菓子を食べながら、テレビを見ながら・・・友達から来るLINEに返信をしながら勉強してる。



これでは集中して勉強していることにならないし、勉強したことが十分頭に入っているかということも疑問です。

では、どのような勉強をしていくことが望ましいのでしょうか？

<前提>：受験生として、少なくとも学年+1～2時間は勉強する！

1. その日に勉強する科目を決める。

（1日2～3科目にしぼり、1科目60～90、120分単位でやるのがオススメ）

2. 科目を決めたら、その勉強するノルマを決める。

（例：日本史なら「～時代をまとめる」、数学なら「2次関数を集中的にやる」とか）

3. ノルマを決めるには、目標を立てるのが良い！

（例：2週間後に進研模試があるなら → 日本史「模試までに中世を総復習する！」）

その日その日のノルマをこなす勉強を着実に継続しましょう。

受験生の敵！睡魔をやっつけろ。

必見！眠気を覚ますツボ

1. 眠気に効く万能のツボ「合谷(ごうこく)」を押す

押すことで頭・体の血行が促進され、眠気や目の疲れの解消に効果的。

2. 眠気+イライラに効くツボ「中衝(ちゅうしょう)」を押す

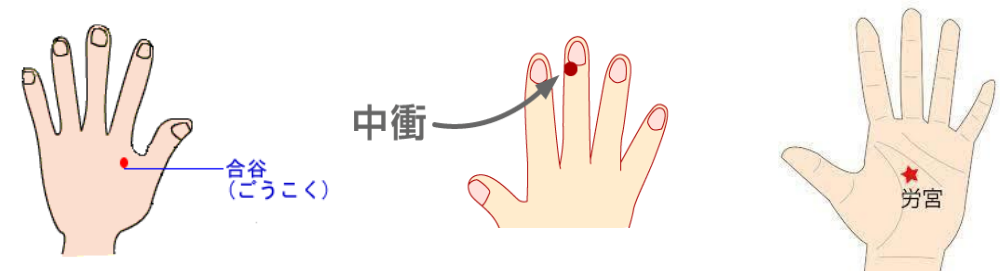
イライラ感を和らげたい時に有効なツボ「中衝(ちゅうしょう)」。

小さな円を描くように、圧をかけながらグルグル回す。

3. 眠気+疲労に効くツボ「労宮(ろうきゅう)」を押す

疲労がたまっている時などに有効なツボ「労宮(ろうきゅう)」。

気持ちが良いと感じられる程度の圧をかける。



良かったら試してみてください！