

# 不期・直前講習のオキテ～受験生編

## 学習編

1. 休みの日は1日8時間・学校のある日は1日6時間を目処に勉強すること。
2. 毎日、自分の学習計画をチェックすること。
3. 苦手な教科は特に念入りに勉強すること。
4. 「こういう問題、キライなんだよな」「メンドくさいな」と思うものから先に勉強すること。
5. 1つでも多くマルをもらい、1点でも多く得点するためにはどうしたらいいかをいつも考えて勉強すること。
6. 「暗記しなきゃ」と思うものは目につくところにはること。  
常にそれを眺めること。

人間の集中力には限界があります。

効率よく勉強を進めるためには適度な休憩も大切です。

『90分勉強したら10分休憩する』といったリズムを自分で決めて、必ずそれを守ろう！

## 生活編

1. 朝寝坊・夜ふかしはしないこと。
2. 睡眠をしっかりとること。
3. 朝食をきちんと食べること。
4. 今日から入試までに2回以上「息抜き」しないこと。(病気はしょうがないけど・・・)
5. ケガや病気をしないよう、気をつけること。  
インフル・コロナには絶対負けない！！

生活の乱れから体調をくずし、本来の実力を発揮できずに終わる受験生が、毎年必ずいます。

いつもにもまして「規則正しい生活」を心がけてください。

受験は実は自分との戦い。自分に厳しく、やるべきことをやりきった人なら必ず成功します。不安になったり、イヤになったりしそうな時は、「なぜこの学校に入りたいか」をもう一度考えてみてください。強い気持ちで入試当日までの日々を乗り切ろう！！



# 定期講習 学習ポイント

## 受験生



### 英語

1. 中1～中2の単元内容を完璧にマスターしよう。
2. 類題演習の繰り返しで、自分の弱い単元の克服をしよう。
3. 過去問は分野別にあらゆるタイプの問題を解いてみよう。
4. 過去問は、何も見ず時間いっぱい使って全力で解いてみよう。

### 数学

1. 公式・定理、基本例題の解き方を総復習しよう。
2. 問題演習の繰り返しで、解法のコツをマスターしよう。
3. どのように解いてよいかわからない問題は、図をかいて考える習慣をつけよう。
4. 今までに受けた塾内テストや模擬をもう一度解き直ししよう。
5. 過去問演習・予想問題演習は時間を計ってしっかりと行おう。
6. 関数の応用問題や図形の証明問題にもチャレンジしてみよう。

### 国語

1. 漢字・語句、慣用句やことわざはできるだけたくさん覚えよう。その日の授業で出てきた漢字・語句で、わからなかったものや間違えたものはその日のうちにマスターしよう。
2. 読解問題は制限時間を意識し、集中して取り組もう。
3. 記述問題・作文・小論文は、できるだけたくさんの演習をこなそう。また、解答例と自分の解答を見比べて、文章の組み立てのパターンを身に付けよう。どうしても苦手なときは書き写しから始めても良い。
4. 「歴史的仮名遣い→現代仮名遣い」「指示内容の抜き出し」「敬語・漢字の筆順等の、国語の基礎知識」など、得点源となる部分は確実におさえよう。
5. 過去問対策・予想問題演習を必ず行おう。制限時間いっぱい頑張り、見直し・確かめの習慣も忘れずに。毎年出ている内容は必ずチェックしておこう。

### 理科

1. 実験・観察の用語や器具・道具の名称を正しい漢字で書けるようにしよう。
2. 計算は簡単なものが多いのであわてず慎重に計算しよう。
3. よく出題される問題を講師の先生に聞いて繰り返し演習しよう。
4. よく出題される問題に関係する基本事項をまとめよう。
5. 新聞にのった科学技術・環境問題の記事を習ったことと関連つけてみよう。

### 社会

1. 過去問見て選択式問題中心か記述式問題中心かを確認し、それに合わせた学習をしよう。
2. 地理は教科書や資料集などを参考にして地形図・統計・グラフなどを読み取る力をつけよう。
3. 歴史は政治・経済・外交・文化・人物とテーマ別に分けて整理しよう。
4. 公民は法令や国際関係で紛らわしい用語が出てくるので、それぞれの意味を取り違えないよう注意しよう。
5. 時事問題対策として新聞出ている十大（重大）ニュースで、その年に起きた大きな出来事を知っておこう。

# 入試に向けての事前準備

もうすぐ試験本番。今までの努力が実を結びます。  
でもちょっと待って。勉強の準備と別に、何か忘れていないかな？  
下の各項目をよく読んで、万全の準備をして、余裕を持って入試本番に備えよう。

Yes!!

勉強は  
完璧!!  
だけど...



試験会場の下見は大丈夫?



朝型の生活リズムに切り替えた?



試験当日の持ち物は大丈夫?



体調管理は大丈夫?



あとは実力  
を出し切る  
のみ!!

## ①12月に入ったら

### ◆試験会場の下見を必ずしよう

試験当日に遅刻したり道に迷ったりするのは一番危険です。たとえギリギリで試験開始時刻に間に合ったとしても、心の動揺ははかりしれません。心と時間にゆとりを持つために、そして、何よりも「この学校に必ず行くだ!!」と、気持ちを新たにするためにも、必ず試験会場の下見はしておこう。  
※複数の学校を受験する場合は、当然すべての試験会場について調べておこう。

□ <1> 試験会場の場所と集合場所を確認しよう。

**注意!!** 必ずしも学校と試験会場が同じとは限りません。

□ <2> “自宅を出てから試験会場まで”の経路・交通手段と所要時間を確認しよう。



ここが重要です



この間の所要時間も忘れずに

この間の道順も  
確認しておこう

自宅

駅(バス停)

駅(バス停)

試験会場

**注意!!** 極力、公共の交通機関を利用しよう。

**注意!!** 鉄道・バスなどの時刻表は、30分ほど前に試験会場に到着できる時刻を確認しよう。

□ <3> 緊急の場合のために、試験会場の電話番号をメモしておこう。

**注意!!** 携帯電話にだけ入れておくのは危険です。もし水没なんかしちゃったら…。必ずメモも取ろう。

### ◆生活リズムを整えよう

12月からは、勉強と同様に、いや勉強以上に**体調管理が重要**になります。毎日必死に勉強していくら学力があっても、当日体調を崩してしまえば元も子もありません。もちろんみなさんのご両親も、みなさんの体調について今まで以上に気を使ってくれるでしょう。しかし、当の本人が無関心だと意味がありません。

**体調管理の基本は生活リズムを整えること**です。夜遅くまで勉強するのも受験生としてはしようがないかもしれませんが、自分の体調のことを常に気にしながら勉強するように心がけよう。

□ <1> 生活リズムを朝型に切り替えよう。

人間の脳は、目覚めて3時間過ぎた頃から活発になると言われています。つまり、**必死に勉強したことを最大限に引き出すためには、試験開始の3時間前には起きている必要がある**というわけです。試験が朝9:00から始まるとしたら、6:00には起きなければならないということになります。

みなさんは、毎朝何時に起きていますか？夜遅くまで勉強して、朝起きるのが登校ギリギリ。その上、朝ごはんを食べる時間もない、なんてことはありませんか？

#### 《朝型の生活リズムとは》

- ・夜はなるべく早く寝て、朝は6:00頃には起床する。
- ・前の晩に勉強した内容を整理する。
- ・朝食をしっかりとって、余裕を持って行動する。

朝型に切り替えることは、急に実行しようとしてもなかなかできません。試験直前に切り替えても、かえってリズムを崩すこととなります。12月に入ったら、少しずつでも朝型に切り替えていこうに心がけよう。

**注意!!** 試験前日だからと、いつもより早く寝ることはなるべく避けよう。

逆に眠れなくなってしまう恐れがあります。いつもと同じ時間に寝るようにしよう。

## □ <2> ストレスをためないようにしよう。

受験勉強はストレスがたまりやすくなりがちです。適度にストレス解消を心がけないと、心が落ち着かなくなり勉強に集中できません。こまめに気分転換をしながら勉強を進めていこう。

●好きな音楽を聴く ●おもいきり笑う ●ストレッチをする などなど…

**注意!!** 気分転換もダラダラとやるのでは逆効果。きちんと時間を決めてやろう。

**注意!!** 気分転換と称して深夜外出することは避けよう。思わぬ事故やケガにつながりかねません。

## ◆インフルエンザの予防接種を受けよう。

インフルエンザは普通の風邪とは違います。ウィルスで伝染し、下手をすれば死に至りかねない感染症です。**毎年 1~3 月頃は、このインフルエンザが大流行します。**そしてこの時期は入試本番の時期と重なってしまいます。受験生にとっては、例年以上に早めの対応と毎日の予防が大変重要です。

予防の基本は、流行前に予防接種を受けることです。これは世界的にも認められているもっとも有効な予防法です。例年予防接種を受けていなかった人も、今年は極力受けるようにしよう。

**注意!!** 予防接種の効果は 2 週間ほど経過しないと出てきません。またこの時期は、抵抗力の弱い幼児やお年寄りが、病院に殺到します。受験生は特に早めに接種を受けるようにしよう。

**注意!!** ただし、予防接種をしたからといって 100%大丈夫なわけではありません。人ごみを避ける、十分な栄養をとる、帰宅時の手洗い・うがいを忘れない、など十分注意しよう。

**注意!!** 予防接種に関しては、医師の説明をしっかりと聞いて、十分納得の上で受けるようにしよう。

## ②入試2日前まで ※「前日」ではなく「2 日前」です。

### ◆当日の持ち物は 2 日前までに準備しよう。

\*「なぜ、前日じゃないの？」

前日にもし足りないものが出てきたとき、買いたいけれどお店が閉まっている。…なんてことがないように、遅くとも 2 日前までに準備を済ませてしまおう。

## □持ち物チェック

★次の項目をチェックしよう。

- ①  受験票(受験番号は暗記してしまおう)
- ②  筆記用具
  - 鉛筆(シャープペンシルの他に鉛筆を3・4本は用意する。うち1・2本は、芯の先を丸めておく)
  - 消しゴム(大きめの消しやすいものを最低 2 個。ただし新品は数回消して角を丸めておく)
  - 下じき(学校によって持込不可だったり、条件があったりする場合があるので注意)
  - 鉛筆けずり・替え芯(当然、電動の鉛筆けずりは不可)
  - 三角定規・コンパス(コンパスは必ずちゃんと使えるか確認しておくこと。  
たまに壊れたコンパスを持っていくツワモノがいます)
- ③  時計(学校によって持込不可だったり、条件があったりする場合があるので注意)
- ④  上履き
- ⑤  財布(往復の交通費以外にも、万が一に備えてある程度のお金を)
- ⑥  弁当(学校によって様々なので事前の確認を。持っていくなら“ごはん”を)
- ⑦  ハンカチ・ポケットティッシュなど(邪魔にならない程度に多めに)
- ⑧  防寒具(セーターや使い捨てカイロなど)
- ⑨  雨具(邪魔になるようならば、天候の状況をよく確認して持参)
- ⑩  参考書やノート・単語帳などこれまで使用してきたもの

**注意!!** すべての持ち物について、各学校の「受験要綱」で確認しよう。上記以外にも必要なものがあったり、思わぬものが持込不可だったりするので注意。

**注意!!** 携帯電話の取扱いには注意しよう。

世の中のマナーとして、電車やバスなど公共の場では‘マナーモード’にしておく、もしくは電源を切っておくことは当然として、試験会場に入る前に**必ず携帯電話の電源を切ろう**。もし試験中に携帯電話がなったら…最悪です。極力試験会場を出るまでは携帯電話の電源を切っておきましょう。休み時間などにも携帯電話は使わない方が無難です。

**~入試は、心の動揺が一番の大敵。  
事前準備を怠らず、余裕を持って入試に臨みましょう~**