

## この夏休みに成績(偏差値)を大幅に上げるには

—受験生としての自覚を持ち、眠る時間と生活に必要な最低時間以外は机に向かい続けること—

開倫塾

塾長 林明夫

Q：低迷している成績(偏差値)をこの夏休み中に一気に上げるにはどうしたらよいのでしょうか。

A：(林明夫。以下省略)受験生はこの夏から皆一斉に勉強し始めますから、今までと同じような気持ちで、同じような生活や勉強の仕方をしていると、成績は今までと同じならよいほうで、下手をすると下がってしまいます。

Q：それは困ります。どうしたらよいのでしょうか。

A：次の3点が大事です。

- (1)受験生としての自覚を持つこと
- (2)勉強の仕方をガラッと変えること
- (3)勉強時間を大幅に増やすこと

Q：受験生としての自覚を持つにはどうしたらよいですか。3つ教えて下さい。

A：(1)自分は今日から受験生であると何回も何回も自分に言い聞かせることです。ノートや机の前に「自分は受験生。受験生としての自覚を持つ」と書き、一日に何回も声を出して読むことをお勧めします。

(2)開倫塾は全面的な支援・お手伝いをしますが、受験勉強は最後は「自己責任」「自助努力」「自分の力でやり抜く」ものです。「自己責任」「自助努力」「自分の力でやり抜く」とノートや机の前に書き、受験生としての自覚を持つために毎日声を出して読みましょう。

(3)開倫塾では、自分の進学して勉強したい学校を「一流校」と呼んでいます。全校舎で、一流校全員合格を目指しています。自分にとっての「一流校」を明確にして、「〇〇校合格」と学校名をノートや机の前に書き、毎日声を出して読んで受験生としての自覚を深めましょう。

Q：勉強の仕方を変えるための方法を3つ教えて下さい。

A：(1)よくわからない「ことば」があったら、一語残らず必ず辞書を引いて調べ、その意味を「教科書」や「ノート」、「ポストイット」にメモしておくことです。よくわからない「ことば」に出会ったら「気持ちが悪い」「気分が悪い」という感じを持ち、そのまましておかないこと、放っておかないことが成績を急上昇させる秘訣の第一です。

どうしてもわからなかったら、学校や開倫塾の先生に遠慮なく質問して下さいね。

(2)開倫塾の夏期講習会で勉強した内容を、その日のうちにもう一回やり直すことです。

- ①やり直しをされていてわからない「ことば」に出会ったら、必ず辞書で調べてメモしておくことは先ほどお伝えしましたね。

②全科目、今日勉強したテキストとノートを声を出して読み直すこと。声を出して読みながら、大切なことはその場で覚えてしまうこと。大切な「ことば」や「ことばの意味(定義)」も読みながら覚えてしまうことです。

③書き取り練習も十分行うことです。

④その日の夏期講習会で勉強した計算や問題は、すべてもう一度ノートに解き直してみることに。同じ問題を2回以上解いて、それでも解き方がわからなかったら開倫塾の先生に質問すること。その日の授業でやらなかった問題もすべてやってみることです。

(3)その日の講習会で勉強した内容を、「ノート」に自分の力でまとめること。「まとめ」た内容を繰り返し音読練習(声を出して読む練習)し、「書き取り練習」し、大切な「計算や問題」はやり直してみることです。

以上の3つを確実にやれば、必ずこの夏休みに成績(偏差値)は急上昇します。

Q：それはそうですね。ただ、そのためには勉強時間を大幅に増やさなければなりませんね。どうやって勉強時間を大幅に増やしたらよいのでしょうか。ポイントを3つ教えてください。

A：(1)眠る時間(1日8時間)と生活に必要な時間(1日4～6時間)以外の時間、つまり1日10～12時間は勉強すればよいだけです。

睡眠時間は、1日8時間は必ず取ってください。食事も1回について30分は必ず取ってくださいね。トイレや入浴時間も大切です。生活に必要な時間は最低でも4時間ですね。ゆっくりした人は6時間は必要かもしれません。

それ以外は、机に向かい続けること、ひたすら勉強し続けることです。

(2)落ち着きがなく長時間机に向かって勉強できない人は、この夏休みは開倫塾の自習室に通いつめ、一言のおしゃべりをすることなくコツコツと机に向かって勉強する能力を身に付けてください。机に向かって長時間勉強し続ける能力も、練習によって身に付きます。この練習は不可能を可能にする、成績急上昇のための基本中の基本の練習です。

(3)1日の勉強時間の合計を手帳に記録、棒線グラフにしておいて、毎日ながめ、自らをほめ、励ますことをお勧めします。

Q：最後に一言どうぞ。

A：この夏に成績(偏差値)を大幅に上げたいと考える人は、この文章を読んだその瞬間からどんどんやってみてください。受験勉強に遠慮は一切要りません。受験勉強の競争相手、敵は自分自身です。

最後に、受験勉強は役に立つのか考えてみましょう。

(1)私は、今やっているこの受験勉強は自分の行きたい学校に進学してから役に立つことはもちろん、世の中に出てからもすべて役に立つと考えます。役に立たないことは一つもありません。

(2)もっと役に立つのは、受験勉強を通して「勉強の仕方を身に付けること」「学び方を学ぶ能力を身に付けること」です。

(3)一番役に立つのは、「自分の力で自分の未来を切り開く」「自己責任」「自助努力」「自分の力で学習する能力(自己学習能力)」です。

私はそう確信し、30年余り開倫塾で皆様とともに学び続けてきました。

皆様はどのようにお考えですか。

— 2010年7月5日記 —