

—『努力の種』をまいて、『実り』の秋を迎えよう—

「秋に飛躍的に学力をのばせるかどうかは、

夏休みにどれだけ努力したかによって決まる」

◎夏休みに使える時間は小学6年生の年間総授業数よりも長い

小学6年生が1年間勉強する総授業数が390時間

夏休み、1日24時間のうち、睡眠時間8時間・食事・入浴その他の時間3時間かけたとしても、

1日13時間は自由になる時間があることになる。これが40日間続くと、520時間にもなる。

夏休み中、仮に1日2時間ずつ勉強すると、合計80時間。5時間ずつ学習すれば合計で200時間。これで何と、小学6年生の年間総授業数の約半年分に相当する勉強ができてしまうことになる。

◎夏休みの40日間もふだん生活している生活パターンで

早寝、早起き、午前中は必ず勉強にあてること。学校に通っている時と同じように「50分勉強」10分休憩というのも一つの方法。休憩時間はできるだけ好きなことをしよう。しっかりと気分をリフレッシュし、時間になったらすぐに勉強の集中するメリハリが必要。

夜ふかしをして昼前に起きてくるような生活パターンは禁物。規則正しい生活を送ることによって夏バテも予防できる。勉強と勉強のインターバルには、体を動かすこともいい。

◎3年の1学期までの学習内容について完全理解を

3年で学習する内容は、中1・中2の基礎学力の上に立つもの。1・2年の内容がキッチリ理解できていなければ飛躍は望めない。

「**すそ野の広い基礎学力は山（実力）を高くする**」

一流のスポーツ選手や芸術家は基礎訓練を大事にする。**公立高校の入試問題の70%以上は、1・2年の学習範囲から出される。**

まとまった時間がある夏休みは、基礎固めの絶好のチャンス。

■夏期講習に向けて

1. **明確な目標をもつー勝利にこだわる努力こそが実を結ぶ**

自分がどこの高校に行きたいのか。そのためには何を、どうすればいいのか。

次の学年順位は何番をどう。得意な英語は10番以内に入るなど。

目標を掲げ、「僕は絶対成績があがるように頑張るんだ」という気持ちを持ち、学習量をこなすこと。つまりモチベーションの喚起と、それに向かって突き進む実行力が大切。

2. **科目ごとに、苦手単元、分野を発見、克服する**

自分が得意な教科・単元、苦手な教科、単元をあげてみる。

例：苦手な教科「理科」

単元名「電流」「天体」

夏休みに家庭学習が、**一日5時間×40日間＝200時間**とすると、

これは、中学での1・2年生の1科目分の学習時間と等しくなる。だから、かなり苦手科目でも、頑張り次第で克服できる。

3. **これまでわからなかった所を、整理し、徹底的に理解する**

定期試験の問題をもう一度やり直すこと。もう一度やり直してみると、×のついていた問題はやっぱり解けないし、○がついていたものも忘れてたりしている。

夏休みの過ごし方

① **計画を立てる**

一日のタイムスケジュールと、夏休み全体の日程の両方を立てる。

まず、クラブ活動、塾の講習、旅行、帰郷などあらかじめ決まっている予定を予定表に書き入れること。残りの時間が、自分が自由に使える時間となる。この時間をどう使うかによって、夏休み後の成績に差が出る。

計画表にはチェック欄を作っておいて、計画を完全に達成できた日には○、まあまあできた日には△、サボってしまった日には×というふうに、毎日自己評価をつける。2学期の成績は、この○の数に比例する。

◎ **計画的に進める方法**

達成したいページ数を日数で割り、一日の勉強すべきページを決める

- ・ 1週間のうち一日は自由時間にする(うまく息抜きをすることが長続きのコツ)
- ・ 疑問点がわき、進行がとまったら、その問題は後回しにする(まずは計画を達成すること。後でその問題を考える。わからなければ塾で聞けばいい)

◎ **一日の日程の立て方**

- ・ **午前中が頭の回転が一番いい時**→苦手科目をこの時間にする
- ・ 最初はざっぱに計画し(例：午前中2教科、午後3教科など)
- ・ 自分にとってやりやすいようにアレンジしていく。
- ・ 睡眠は8時間たっぷりとり、早寝・早起きに心がける(入試当日に向け、昼間頭の回転をよくする訓練)

② 自分の弱点にポイントをしぼっての勉強と、得意科目を武器にする勉強

これまで習った範囲で、自分が理解できている部分と理解できていない部分とをハッキリ整理すること。その後、自分の弱点にポイントをしぼって勉強すればいい。また、自分の得意としている科目をドンドンのばし、自分の『武器』になるようにすればいい。そうすれば、**得意科目が不得意科目をカバーする理想的な形**ができあがる。

③ 夏期講習の活用法

わからない箇所はどんどん先生に質問すること。いちいち解き方を聞くというのは絶対身につかないからやめよう。まず、問題をノートに書き写し、自分のできるところまで解いてみる。そして『**わかっている部分**』と『**わかっていない部分**』とをはっきりさせてから質問するべき。

④ 国語が苦手な人は

新聞のコラムを読むこと。朝日「天声人語」読売「編集手帳」毎日「余録」など。

できることなら、これを書き写すこともいい。その際、一字一字見て書くのではなく、一文単位で覚えて書く事が大切。意味がわからなくてもいいから、とにかく忠実に書く。そして、最後におよそ30字～40字でまとめるとさらにいい。

これを40日続けたら、すごい力になる。国語が苦手な人は、たいてい読む力がない。だから毎日読むだけでも全然違う。読む時は声を出して読もう。黙読だと余計な考えが浮かんで集中できない。

⑤ 1日の勉強時間

中3生は毎日5教科×40分は最低して欲しい。それも、ただ机に座るのではなく、集中しての40分。勉強は楽しいことよりもむしろつらく、厳しいことの方が多い。そこを辛抱強く、粘り強く頑張れば、苦手科目も乗り越えることができる。

「苦手を克服する」「苦手なことでもガマンして取り組んでいく」という体験は、心の成長にとって最も必要。

「あーあ、苦手だなー」という苦手意識が出てきた時、頑張る気力が萎えるようではダメ。

「あ、苦手なものがあった。でも頑張ろう」という前向きな気持ちを持つと、前よりも粘れるようになる。つまり苦手科目を利用して、「辛抱する能力」を高めることができる。

家庭学習の内容は、

1. 学校の宿題→盆休みまでに終わってしまうこと。夏休みの後半は、実力テスト対策
2. 塾の宿題と塾でできなかった問題の再学習
3. 苦手科目・苦手単元への取り組み

⑥ 急に運動をやめない

体育会系のクラブに入っていた人は、7月でクラブを引退をし、勉強に専念しようという人が多いと思うが、ハードな練習を急にやめると、脱力感が起こってかえって勉強が手につかなくなることが多い。クラブと勉強を両立し

ていたころよりも、成績が落ちてしまったりする。

だから、一気に運動をやめてしまうことは禁物。1日に1回は軽い運動をして、体を少しずつ慣らしながら、徐々に勉強中心の生活に切り換えていくことをすすめたい。

⑦ 学習の成果はすぐには表れないこともある。あきらめずにコツコツと

最後に、夏休みの勉強の成果はすぐに出ないこともある。夏休み明けの実力テストの結果が思わしくなく、「あれだけ頑張ったのに、これだけしかとれない」と投げ出してしまう人が例年非常に多い。

しかし、学力はそう短期で身につくものではない。皆さんは、すぐに結果を欲しがるとあるが、**学力は少しずつ熟成されていくもの。**あくまでも受験に照準を合わせて、あきらめずにコツコツと勉強することが大切。

歯を食いしばって頑張れば、必ず結果は出る。また、自分が立てた計画を実行できたという感動は、自分を高めてくれる大きなエネルギーとなる。

■夏休みの予定

7/29(火)～7/31(木) 第5週目につき通常授業は休み。**夏期講習は実施します。**

8/10(日) 中1・2生保護者会 10:30～12:00 宝殿第二教室

8/10(日) **12:00～15:00 エクシードフェスティバル 宝殿教室前**

焼きそば・かき氷・綿菓子・ジュース・スーパーボールすくい模擬店を出店。

生徒一品 50円

保護者 無料

8/11(月)～8/14(木) 休業

8/29(金) 塾内模試

中3生 12:45～16:45

5教科(英リスニング実施)

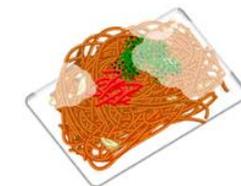
小学生 13:00～14:30(2科目)

13:00～16:00(4科目)

中学1・2年生 17:00～21:00

5教科(英リスニング実施)

8/30(土) 質問日 14:00～17:00



エグゼード生大躍進！！

神吉中3年
M.M さん 1学期期末

5教科
464点

学年3位！次こそ！！

神吉中3年
M.W さん 1学期期末

5教科
451点

得意の理科で学年1位！

神吉中3年
H.F くん 1学期期末

5教科
432点

前回から19番UP!!

宝殿中3年
D.K くん 1学期期末

5教科
450点

社会科学年3位！！

志方中3年
S.M くん 1学期期末

5教科
440点

入塾以来過去最高！！

神吉中2年
S.I さん 1学期期末

5教科
436点

23番UP！国語は学年1位！

宝殿中2年
R.K くん 1学期期末

5教科
456点

数学は3期連続100点！！

宝殿中2年
M.A さん 1学期期末

5教科
460点

社会は学年1位！！

志方中1年
H.K さん 1学期期末

5教科
426点

英語・国語はTOP10入り！

宝殿中1年
A.M さん 1学期期末

5教科
439点

中間から13番UP！

神吉中1年
Y.T くん 1学期期末

5教科
456点

数学1位！学年3位！

神吉中1年
S.K くん 1学期期末

5教科
430点

有言実行で社会が上昇！！

加古川西高2年
A.I さん 1学期期末

国公立学力
1位

学年偏差値69.2！

高砂高1年
R.K さん 1学期期末

学年
5位

クラス順位は1位！！

加古川東高2年
M.T さん 1学期期末

国公立学力
14位

つぎは10番以内目標！！

加古川東高2年
M.K さん 1学期期末

国公立学力
17位

目指せTOP10入り！！

宝殿中3年
M.T さん 6月実力

5教科
30番UP!!

理科が一気にUP！！

神吉中2年
M.K さん 1学期期末

5教科
20番UP!!

目標の400点台到達！

神吉中1年
S.F くん 1学期期末

5教科
27番UP!!

英語・国語よく頑張った！！

神吉中1年
U.O くん 1学期期末

5教科
29番UP!!

国語飛躍的上昇！