



第2回定期試験も終わり夏休みの始まりですね。高3生も中1～高2の皆さんも、**充実した夏休み**を過ごすには**正しい生活習慣づくり**がかかせません。学校へ行くことによって一定のリズムを保つことができる普段の生活と違い、夏休みは時間の制約がなく、生活のリズムが崩れやすくなります。そうすると学習効率が悪くなりますし、夏バテなど体調不良をまねきやすくなります。充実した夏休みにするためにも**早寝早起き**を心がけましょう。

今回は夏休みの勉強法と過ごし方、大学説明会の様子を紹介します。 <鈴木>

## 夏休みの勉強法について

(参考 Kei Net 「夏休み40日の過ごし方」)

高校3年生にとってはよいよ受験の天王山がやってきます。長い夏休みはまとまった勉強時間がとれるチャンスです。「基礎固め」「苦手科目はないか」を振り返ってみてください。基礎が固まってないのにいきなり応用を解くことはできません。まずは基本事項を徹底的に定着させましょう。

高校1・2年生の皆さんは、「まだ受験まで時間あるし、宿題だけ終わらせていけばいい。」と思いませんか。実は、センター試験の問題は、大部分が高校2年生までに習う範囲から出題されています。今のうちに分からないところがないようにしっかり押さえておく方が良いでしょう。

高3生も中1～高2の皆さんも、夏休みを漠然と過ごしてしまわないように、夏休みに入る前に**学習計画**をしっかりと立てておきたいものです。ここで大事なのはあれもこれもと詰め込みすぎてしまわないこと。自分に無理のない範囲で学習に臨みましょう。

ここでは具体的な学習計画の立て方を紹介します。3ステップで自分にピッタリな学習計画表が作成できます。ぜひ参考にしてください。

### STEP1

## 「夏休み40日間」の学習目標を決めよう！

まずは学習目標を決めましょう。「英語をがんばる！」といったあいまいな目標ではなく、「英単語500個覚える」「苦手な“数列”“ベクトル”を克服する」「物理〇〇問題集を2回繰り返す」といったように**具体的な目標**を立てるとよいでしょう。

### STEP2

## 週単位の学習計画を立てよう！

目標が決まったら、週単位の計画を立てましょう。40日間で6週間に分割することで、夏休みのスケジュールが立てやすくなります。第1週目は英語の文法、数学の確率の復習をするなど、大まかなものでかまいません。

夏休み40日間＝月火水木金土日×6週間

最終週は総復習にあてましょう。自分が間違いやすい問題や見直したい項目にあらかじめ印をつけておき、夏休みの最後にそれらを見直したり解き直したりすることで知識をしっかりと定着させましょう。

### STEP3

## “週達成タスク”を決めよう！

STEP2で決めた計画に沿って達成タスクを決めましょう。

英語文法を仕上げる週であれば「〇〇問題集の●ページ～●ページを解く」というように、**具体的に何をやるのかを挙げていきます**。英単語のように毎日行う課題があれば、あわせて書き出しましょう。こうすることで1日の学習量が見えてきますね。

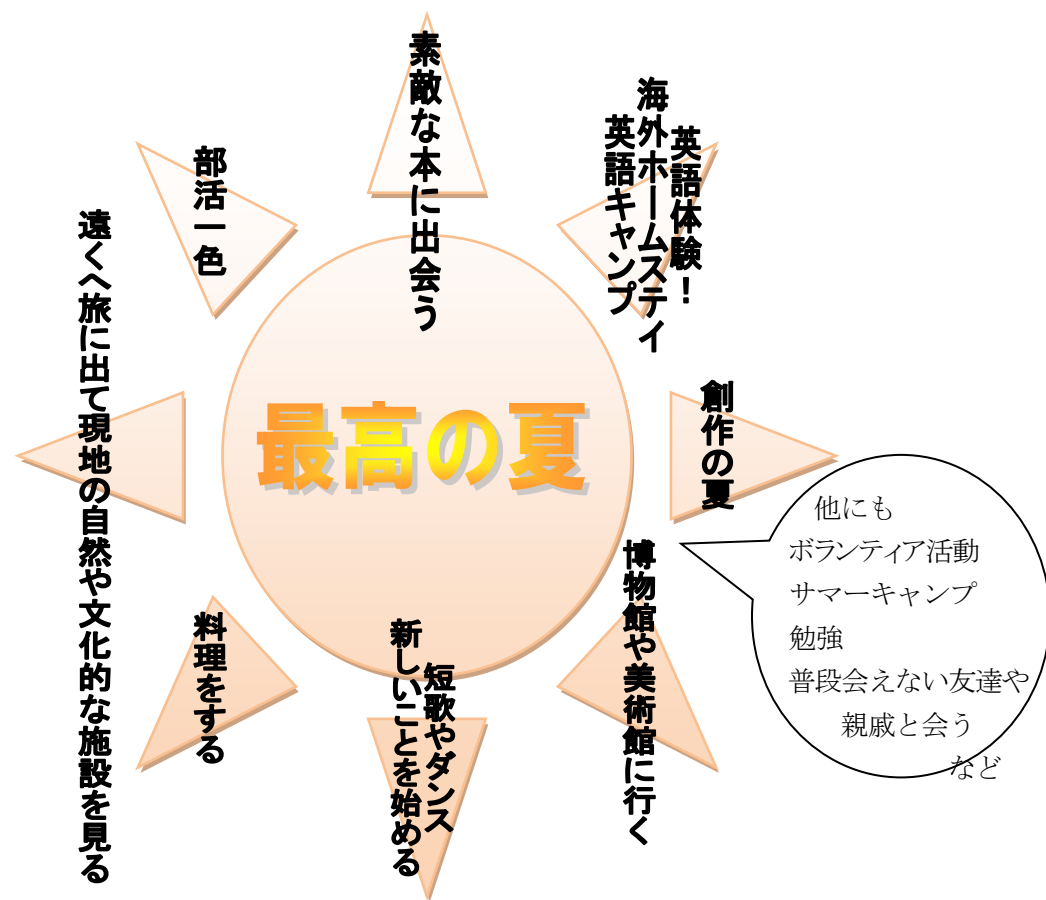
達成タスクを書き出したら、1週間で達成できる分量かを見直してみてください。日曜日を予備日にして、達成できなかった内容を調整するくらいがベストです。

# 夏休みがやってくる! さあ、どうする?

勉強はもちろんやるべきですが、それ以外の普段できないことにもチャレンジできる期間です。1か月あれば色々なことができます。しかし、長いと思える夏休みでも、ダラダラと過ごしてしまえばあっという間です。

「これだけはやったぞ!」と最終日に言える夏休みを過ごしてほしいと思います。

細かく言えば「1次方程式はマスターしたぞ!」「毎日〇〇を続けられた!」など、なにかひとつでも夏休みで「やり遂げた」充実感があれば、最高の夏休みだったと言えるのではないのでしょうか。



## 『校内大学説明会』

6月15日に沖縄国際大学、27日に琉球大学、7月3日に沖縄大学の説明会が行われました。それぞれに入試で大切なこと、大学生活についての具体的な話を聞くことができたと思います。大学関係者と直接話をするのは、本やインターネットで調べるのとはまた違って、非常に刺激になります。各大学でオープンキャンパスも行われるので、ぜひ積極的に参加してみてください。「こんな学問があるんだ! この大学ではこんなことができるんだ!」など、新しい発見があるかもしれませんよ。



↑ 琉球大学



↑ 沖縄国際大学



↑ 沖縄大学

### 校内大学説明会情報

7月19日 (17:00 ~ ホールにて)  
名桜大学・県立芸術大学の説明会があります。

### オープンキャンパス情報

- ・東京大学 2017年8月2日, 3日
- ・琉球大学 2017年7月15日
- ・沖縄国際大学 7月16日, 10月15日
- ・沖縄大学 7月15日, 10月28日

※学部によって開催日が異なりますので、必ず、大学へ問い合わせるか、HPにて確認してから参加して下さい。

