



## 入学・進級

# おめでとうございます！

さわやかな春風とともに、新しい年度が始まりました。

「春4月」は、1年の中で最も新しい気持ちになり、希望を持ってスタートできる月でもあります。春休みの間にも、とりわけ十代のみなさんは見事に成長します。私たち教職員は、4月の始めにみなさんのその輝きを目にします。

さて、新入生のみなさんに覚えて欲しいこの通信の名称でもある「PUP」についてです。在校生には再確認になります。「PUP」とは、「Pile Up Plan」の略称です。「積み上げる」という意味の英語「Pile Up」からきています。

中高一貫校である本校では、中学1年生から将来のことを見すえて人生設計を模索・構築し、自分の夢に向かって高校卒業時に自信を持って進路実現をしようという目的があります。「PUP」は、本校独自の進路教育プランの総称になっています。みなさんは、6年間のスパンで「つながっている」自分の進路目標を意識しておくことが大切です。

なお、1年を通じて学年別に行われる内容は、大まかに以下の通りになります。

- \* 中1～中2・・・「自己の長期スパン(30年後・20年後・10年後)の将来像」と「職業観」を学ぶ。
- \* 中3～高1・・・自己の短期スパン(7年後・5年後・3年後)の将来像」と「学部学科・資格研究」を学ぶ。
- \* 高2・・・・・・・「受験科目の選定」と「受験校選定」の時期とし、希望進路先を明確なものとしていく。

今年度も9回のPUPの実施計画が組まれています。それぞれに大切な取り組みです。アクティブ(積極的)に参加し、夢に向かって積み上げていけるようにしましょう。

# 勉強合宿



今年で3回目になる勉強合宿には、10期生25名と11期生16名が参加しました。名護青少年の家での、3月23日から27日までの4泊5日の合宿でした。

- 「一心不乱に勉強した」
- 「90分一コマの時間がだんだん速く感じられるようになった」
- 「苦痛でなく楽しくなった」
- 「覚えるのが楽しい」

と、「1日の総括」をしょりに書いている生徒が、日程が進むにつれて次第に増えていきました。1日9時間の自主学習で確かな道筋をつかみ、自信につながる実りあるものになったようです。一期先輩に混ざって学習することの意義は大きく、同じ部屋で先輩やあるいは同級生の無心に勉強する姿を見て、これまでにない刺激を得る機会にもなりました。

何よりも、これが「あたりまえ」という意識を持つことができたのが大きな収穫と言えるでしょう。勉強合宿が、毎年3月の恒例となって、今後も多くの生徒が参加し切磋琢磨できる場になることを願っています。

(上の写真は、朝、ラジオ体操時に職員が紹介してくれた「南国ねじ花」の写真)

## 合宿の様子



4月新学年スタートのみなさんの輝きに照らされて、進路指導部員も一生懸命支えていきたいと思えます。今年度、みなさんをサポートする5名の先生方のメッセージを紹介します。

○ 佐野聡史先生

みなさんこんにちは。中学1年生は初めまして。進路指導部長をしている佐野聡史です。教科は国語を担当しています。さて、本校に在学しているみなさんにお願ひがあります。一つは「自分のために努力を惜しまないこと。」もう一つは「前向きに挑戦し続けること。」です。人は努力をしていると必ず壁に向き合わざるを得なくなります。ぜひ、その壁から逃げることなく挑戦してください。また、挑戦できるような力をつけておくようにしてください。がんばりましょう！

○ 竹田充先生

今年度も進路指導部として皆さんと関わっていきます。勉強合宿では何度か言いましたが、必要なのは、今自分が何のために、何をやっているかという「意識」です。目標に向かって計画的に実行できる人こそが目標に到達できると思います。キャリア教育担当として、情報提供などのサポートをしていきます。よろしくお願ひします。キーワードは「継続」「意識」です。

○ 石垣真秀先生

2015年度も進路担当になりました。よろしくお願ひします。進路アンケートの集計等を職員室でコツコツやっています。皆さんのデータに役に立てる事が出来る様にならなうにがんばります。

○ 真栄里賢治先生

今年度から進路指導部配属となりました数学科の真栄里賢治です。模擬試験の結果の分析を行い、進路通信等を通して生徒の皆さん、保護者の方々や先生方へのフィードバックが主な仕事になります。また、今年度自習室(進路室)の管理者にもなっています。自習室は朝礼前、放課後に高3生を中心に利用されていますが、他学年も勿論利用可能です。勉強に集中したいが、中々集中できない人、今年度「自習室デビュー」しませんか？意識の高い人に囲まれて勉強すると、身も心も引き締まって勉強に取り組むことができますよ。進路室の利用方法の確認や要望等ありましたら私の方に確認して下さい。宜しくお願ひいたします。

○ ダンカン啓子

春の勉強合宿に参加しました。参加生徒のやる気を目の当たりにする機会を得て、本校生徒のポテンシャルと明るい未来を確信しました。本年度、模擬試験実施と進路通信を通して生徒のみなさんのやる気を支えていきます。よろしくお願ひします。

## 勉強法が変わると人生が変わる

「このまま成績が伸びなかったらどうしよう・・・」  
「自分の勉強法はほんとうに正しいのだろうか」  
「どんな教材をどのように何回ぐらいくりかえせばいいのだろうか・・・」

そういったことで不安になり、迷ったことがあるかもしれません。どの時代にも例外なく受験生ともなれば心はいつも不安です。努力しているからこそその悩みです。悩みがあるからこそ、また伸びるのです。

- ・やる気はあるけど頑張り方がわからない人
- ・夢はあるけど、どうしたらいいかわからない人
- ・努力しているけど成績が伸びない人
- ・将来のことも、大学進学のこと、ぼんやりしている人

今、たしかに勉強法をつかんで自分を前に進めて楽しんでいる人は、その道をつきすすんでください。もし、上記のようにいまだに悩む時間だけを過ごし、手をこまねいている人は、とてももったいないことをしています。時間をムダにせず、勉強法を変えると同時に、時間管理を上手にしましょう。

高校3年生は1年後、中学1年生は6年後を考えて、時間を逆算してみましょう。

## 合格するための戦略を立てる (序盤・中盤・終盤)

高校3年生だけが受験生ではありません。中学生、高校生、いずれは全員が受験生となります。それが1年後か6年後かというだけの違いです。いずれ必ず「全国を土俵」に得点を競うことになるのです。

ところで、今のあなたは、次の質問に答えることができますか。

1. 試験本番までに何をすべきですか。
2. 今月中に何をすべきですか。
3. 今週中に何をすべきですか。
4. 今日中に何をすべきですか。

これらの質問に対する答えが、「戦略」です。

### 【次号予告】

5月号では、「戦略の立て方」について紹介し、具体的に各教科の勉強法・攻略法を提示していきます。(あなたは、すでに自分の学習計画・戦略を持っていますか)

## 目的を明確にし、戦略を練り、結果を出す！

<戦略の立て方>

1. まず最初に、入試までの日数を数える。
2. その日数を3（序盤・中盤・終盤）で割る。
3. 何をすべきかを考える。

たとえばわかりやすく、入試までに残された日数が180日だったとします。

$$180日 \div 3 = 60日$$

序盤 → 1～60日目

中盤 → 61～120日目

終盤 → 121～180日目

具体的に英単語暗記を例にしてみると、

$$600\text{単語} \div 60\text{日} = 10\text{単語}/1\text{日} \text{ (1日あたり10個覚える)}$$

ということになります。そして機会あるごとに、成功する考え方を聞き、吸収していくようにしましょう。次のような具合に**潜在意識**を働かせます。

- 偏差値が高くなるような考え方を何度も聞く
- 高くなる考え方が当たりまえになる
- 高くなる潜在意識が心の中にできあがる
- 知らず知らずのうちに高くなる行動をとるようになる
- 高くなる習慣が身につく
- 入試本番に成功する！

## ～潜在意識のスイッチを入れる～

心というのは、自動誘導ミサイルのように、強く思ったことの答えを自動的に見つけようとする性質があるそうです。「合格できるとしたら、何をすればよいか」と考えるようにすると、良い潜在意志が働き、よい「出会い」に恵まれます。

受験は心理戦とも言われる所以です。

《高校生へ》

これまで学校で先生方が授業やホームルームを通して話す内容を、どれだけ自分のものとしてきたでしょうか。3月の勉強合宿に参加した40名は、確実に掴んだことがあると思いますが、継続できていますか。紹介された本や具体例があるはずですが、進路通信では、1冊の本すべての内容を紹介できませんから、そのダイジェスト版スタイルでみなさんに刺激となるよう載せていきます。

さて、「勉強法を変えて、別人に生まれ変わるには」どうしたらよいでしょうか。

<S.Y.さんの例>

京大模試で、最低評価のD判定(得点率25%以下)だったS.Y.さん。そこから、わずか3か月でA判定に。その後も成績は伸び続け、京都大学(農学部)に余裕の合格を果たしました。しかし、本人も周囲も、本当に驚いたのは逆転合格よりもその**精神的成長**でした。

以前のS.Y.さんは、受験のプレッシャーから逃げるように、友達とダラダラ遊んでいるか、ゲームに夢中になっているか、そのどちらかでした。

本人は、受験勉強がうまくいかないのは、「(高校の)勉強が急に難しくなった」「授業がつまらない」「勉強法がわからない」ことが原因だと思っていました。しかし、それは表面的な原因に過ぎませんでした。根本的な原因は、コンプレックスや精神的未熟さにあったのです。

自信がなくて、自分のことが嫌い。いつも人の目が気になってしまう。やる気も湧いてこない。少しやる気になっても、すぐ冷める。意志も弱く、決めたことを続けられない。

その影響は、受験だけでなく、将来の不安にまで広がっていきます。

社会人になって、ちゃんと生活していけるのか、周り人間関係をしっかり結べるのか。良い結婚ができて、幸せな家庭を持てるのか……。

頭の中は、悩みでいっぱい。とても勉強どころではありませんでした。

(後略)

『E判定からの大逆転勉強法』(中経出版)より

そんなSYさんの心を覆っていた不安が消え、明るく前向きになり、自分への期待が高まってきたのは、信じられる**勉強法**をつかんでからです。

進路通信では、中高生の皆さんに同時に各教科の勉強法を紹介していきます。今月は、「英語」です。まず先に、英語学習に大切な原則を5つ揚げておきます。

- 一、現代文を得意にすること
- 一、音読して、黙読して、聴いて、書くこと
- 一、目の前の1冊、1ページ、1文を仕上げる(そして反復くりかえし)
- 一、早めに英語構文を仕上げ、英文法に凝りすぎないこと
- 一、英単語の暗記は基本ですが、そのみにエネルギーを注ぎすぎないこと

「大学受験は、英語で決まる」。とくに難関大学を突破するには、過言ではありません。それでは、具体的な英語勉強の進め方についての話に入ります。

次の5つのトレーニングが必要です。

- ① 音読する → 速読力(英語を速く読む力)をつける
- ② 分析する → 精読力(英語を正確に読む力)をつける
- ③ 書く → 英作文力(英語を正確に書く力)をつける
- ④ 聴く → リスニング力(英語を正確に聴く力)をつける
- ⑤ 解く → 本番力(問題を解く力)をつける

①の**速読力**とは、約500語の英語長文の内容を、約4分以内に正確に読み取れるということです。つまり、1分間あたり120語以上のスピードで英文を読める力が必要です。毎日30分、音読を必ずやるのが大切です。

音読が、速読力・英作文力だけでなくリスニング力を飛躍的にアップさせるのです。

②の**精読力**とは、英語を日本語に正確に訳す力です。そのためには、英語長文(構造・骨組み)を正確に読み取れるようにすることです。

たとえば、次の英文が訳せますか。

She always looked, but never really was, happy.

難しい語は使われていませんね。あなたはどう理解しましたか。正しい訳については、ぜひ、英語科教員に話しかけ確認してください。(㊦)

③の**英作文力**についてですが、これは中学3年生の教科書レベルの英文が必要に応じてスラスラ書けることです。それが終盤のイメージです。終盤には、英文の速読と精読とが、両方できるようになり、中3の教科書レベルの英文がスラスラ書ける、というのが理想です。

④の**リスニング力**についてです。そもそも、リスニングの練習は、英語を聴く力を伸ばすだけではなく、速読力、英作文力にも絶大な効果を発揮します。大切なことは、音声学習なしに英語力が伸びることはありません。

車での移動中、睡眠前、家庭学習の合間の休憩中に、時と場所を選ばず学習できます。

⑤の**問題を解く力**についてですが、問題練習の裏に、その目的が本番で応用対処できるようになるためという明確な目的意識を持つことが大事です。

次に大事なことは、どんな教材・問題集であれ、完ぺきに身につくまで、反復練習することです。教材をあれこれ変えて成功した人はいません。まず一冊、完ぺきにマスターしたと言える問題集を作ることです。

音読恐るべし、反復恐るべし、これが心構えです！これがあって自信がつきます！

《中学生へ》

4月は、英単語の暗記法を紹介します。

1日10個ずつ英単語を覚えていくとしましょう。600個覚えようとしたら、約2か月で完全に覚えきることになります。

「でも、初めのほうに覚えた単語は、どんどん忘れていってしまうんじゃないの？」と心配になる人は、次の方法を使えば大丈夫です。

「1～10個目を覚えた翌日は、もとに戻り、1～10個目を復習してから11～20個目を覚える」ようにするのです。そしてその翌日も、また1～10個目、11～20個目を復習してから、21～30個目を覚えるようにするのです。(以下の図を参考に)

これを続けると、5日目には、すでに1～10個目を5回も反復練習したことになります。11～20個目は4回、反復練習したことになります。

そして約3か月後には、1～10個目を90回以上も反復練習したことになります。90回も反復すれば、だれでも間違いなく覚えることができますね。

次のような進め方を参考にしてみてください。

<1回目> 英単語、英熟語とその説明をブツブツと声に出しながら読んでいきます。英単語、英熟語のスペルは紙に書いて覚えます。紙に書いて覚えるときは、大学ノートに10回ぐらい、必ず大きめの字でクリアーに書きます。大きめの字ではっきりと書くと脳に入りやすくなります。カラーペンや蛍光ペンなどを使用すると視覚効果も加わり、覚えやすくなると言われていきます。

<2回目> 1回目と同じ

<3回目> 英単語、英熟語とその説明を音読していきます。

<4回目> 3回目と同じ

<5回目> 全文、黙読。目で追います。

<6回目> 以降、5回目と同じ。ただし、回数に比例して、目で追うスピードを、だんだん速めていきます。

この方法で、10回以上見たページは、1ページあたり10～20秒ぐらいでサーッと見られるようになります。20回以上見たページは、1ページあたり10秒以内で見られるようになります。この練習が、実は将来の英文を速く読む力にもつながります。何より、

暗記が苦手な人でも、必死で「覚えよう」としなくとも、この方法が身につくと自然に覚えられようになります。まず、試してみてください。始めるなら、「今」です。

**どんなに偏差値の高い人でも、  
基本・標準レベルの教材を完ぺきにしている**

**秀才だから偏差値が高いのではなく、  
1冊の本を完ぺきにマスターするから  
偏差値が高くなるのです。**