



学年通信 第 9 号  
2016年6月13日 発行  
名古屋高等学校 3年  
<http://www.meigaku.ac.jp>  
職員室直通電話 052-721-5276

## 夏休みの学習計画を立てるのは…今でしょう！

「夏を制する者が、受験を制する！」高校3年生の諸君にとって、長い夏休みはまとまった学習時間が確保できるチャンスです。長いようであるという間の夏休み。やるべきことができたかどうかで秋以降の成績の伸びに差が出てきます。今から学習計画・目標をしっかりと立て、自分の可能性に挑戦する有意義な夏休みにしましょう！

### — 苦手科目の克服・基礎固めをしよう！ —

ある受験生対象のアンケート（2014年度）によると、「夏休みは何を中心に学習しましたか？」という質問に、① 苦手科目の克服 34%、② 各科目の基礎固め 24%、③ 夏期進学講座や夏期講習の予習 15%、④ 1学期の復習 14%、⑤ センター試験対策 7%、⑥ 二次試験・私大入試対策 4%、という結果でした。

「苦手科目なんて1つもない！」という人は少ないでしょう。他の科目と比べて点数が伸びない科目や、模試などで正答率の低い分野はありませんか。苦手科目の克服が一番の得点アップ要素です。苦手科目を集中的に学習するには、学校での夏期進学講座や塾・予備校などの夏期講習で分野別、理解度別の講座の受講が有効です。

### — 夏休み学習計画の立て方！ —

「計画倒れしないスケジュールを立てよう！」

**STEP 1：夏休みの学習目標を決めよう！**「英語を頑張る！」といった曖昧な目標ではなく、「英単語 800 個覚える！」「数列・ベクトルを克服する！」「物理問題集を2回りする！」など、具体的な目標を立てましょう。

**STEP 2：週単位の計画を立てよう！**7月18日（海の日）～8月28日までの40日間（8月29日～31日は予備日 or 実力テスト対策）を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」「物理の力学」の復習をするなど大まかなものでもかまいません。苦手分野など自分自身では手に余る内容は、夏期進学講座や夏期講習を利用すると時間を有効に活用できます。

**STEP 3：週達成タスクを決めよう！**週単位の計画に沿って達成タスクを決めよう。英語の文法を仕上げる週であれば、「英語問題集の■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やる課題があれば合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。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とよいでしょう。自分の速度に合わせて、常に計画の見直しをしながら学習を進めていくことで、計画倒れを防ぐことができます。また、インプット（知識を取り入れる学習）とアウトプット（問題演習）の比率も自分自身の現状に合わせて上手く組み立てましょう！

「毎日の生活リズムを整えよう！」

夏休みが始まると夜更かしをしたり朝寝坊をしたり、どうしても生活が乱れがちになります。学校の夏期進学講座や塾・予備校の夏期講習を朝から受講すると、規則正しい生活を送ることができるし、1日を3分割して計画を立てることができるので上手に活用して下さい。受験生の夏休み中の平均学習時間は8～9時間程度ですが、連続して集中を維持することができるのはせいぜい90分程度です。毎日の生活リズムを整え、毎日コンスタントに学習できるように心掛けましょう！

「集中して学習しよう！」

机に向かっていても集中できていなければ意味がありません。特に「ながら勉強」は効率が下がります。本気で学習に取り組むのなら「ただ意識を変える！」ではなく、「具体的に環境を変える！そして意識が変わる！」ことが大切です。例えば自宅で学習する場合、テレビやゲーム、スマホなどを別の部屋に移動させるということです。自宅ではどうしても集中できないという人は、学校・塾・予備校や図書館などの自習室を活用しましょう。静かな環境でライバル達の刺激を受けながら学習ができます。ただし、夜はそういうわけにはいきません。自宅でも集中できる環境をつくり、集中できる人になることは受験生としては不可欠です！

### — 志望校について考えよう！ —

高校3年生の諸君で、志望校が全く決まっていないという人は少ないと思いますが、万が一そういう人がいたら早めに志望校の選定をしましょう。志望校が決まらなると目標がはっきりしませんし、学習計画も立てることができません。60%以上の人が高3の1学期までに、70%以上の人が夏休み終わりまでに志望校を決定しています。志望校選定の際には、第1志望校だけでなく、第2・第3志望の大学についても検討して下さい。

入学してから「こんなはずじゃなかったのに…」とならないためにも、時間が許せば、ぜひオープンキャンパスにも参加して、その大学で本当にやりたいことはできるのか、キャンパスの雰囲気はどうかなど、自分の目で確かめておきましょう。入学後のイメージが具体的にになると、やる気アップにもつながります。

## 6月15日(水)は、「名古屋高校芸術鑑賞会2016」です！

<日時> 6月15日(水) 10:30開場 (11:00開演 13:00終演予定)

※10:30までは愛知県芸術劇場の建物内に入らないで下さい。

※座席は事前に確認しておいて下さい。会場内及び公共の場でのマナーを守りましょう。

<会場> 愛知県芸術劇場コンサートホール

※地下鉄「栄」駅下車徒歩5分、名鉄瀬戸線「栄町」駅下車徒歩2分

<演目> 「宮川彬良、音楽の課外授業」—「目からウロコ」の面白さ！—

◆鑑賞される保護者の皆様へ◆ 当日「学年通信」を持参して入場の際に必ず受付で提示して下さい。なお、座席（2階ステージ後方）数には限りがありますので、入場規制をさせて頂くことがあります。予めご了承下さい。