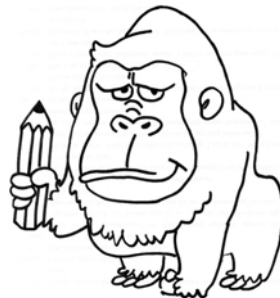


ファースト・アカデミー ニュースレター

学力向上への挑戦状！

18 4月 第135号

1. 高校生活
2. 中学の定期テストで450点を取る勉強法
3. 受験勉強の心構え
4. じっくり思考力
5. PCN 症候群
6. 大学合格実績
7. 編集後記



高校生活

新高校一年生の皆さん、高校入学おめでとうございます。4月から高校生になる生徒さんに、私の経験を踏まえた上で、高校生活の間にやっておいたほうが良いことをいくつか紹介します。高校2,3年生、中学生にも役に立つことを書いたつもりなので、時間があれば読んで下さい。

1 部活動は全力で行う

高校生活では、中学校と違い部活動は強制ではありません。また、退部したからと言って別の部活に入らなければいけないわけでもありません。生徒のなかには、部活動は入らないで、高校に入ったら3年間一生懸命勉強しよう、という考えの人もいます。しかし、私の経験上最後まで部活動を全力でやりきった生徒のほうが、最終的な成績は良くなっています。高校生活は人生のうちでたった3年間しかない貴重な時間ですし、興味がある部活動があれば、勉強の不安を持つ前に入部して、頑張ってみて下さい。

2 本気の恋愛をしてみる

これは非常に重要な経験になると思います。恋愛と言っても、彼氏彼女を作れとか、好きな人に告白しろと言っているわけではありません。むしろ失恋したほうがいいのかもありません。誰かを好きになって、その人のことが気になって仕方がない、でもどうして良いかわからない、そんな甘酸っぱい経験を高校生活という青春の中で謳歌してみてもどうでしょうか。大学生になってからでいいやと考えている人、高校の恋愛と大学の恋愛は全く違いますよ。ちなみに私は高校三年間彼女いませんでしたが。

3 小テスト、定期考査では満点を目指す

受験勉強は3年生になってからで十分間に合う。今は受験勉強から開放されたから遊びたい。そう考えている新高校一年生も多いのではないのでしょうか。しかし、実際は1,2年生時の学習理解度が、3年生になったときの受験勉強に大きく影響します。考えてみて下さい、あなた達の人生の最終目標は何ですか。

《0120-44-5981》

高校入学ですか。いいえ、きっと最終的なゴールは大学進学や就職、そしてそこから先の自分の人生の中にあると思います。高校の勉強は中学の勉強とは大きく異なります。それは受けてからお楽しみ。定期考査、小テストでは絶対に満点を目指すんだという強い気持ちを持って入学して下さい。

他にも学園祭、修学旅行などの学校行事もあります。これまでを読んでくださった方ならわかると思いますが、私がいいたいのは全てに全力を出してほしいということです。これからの3年間はきっとこれまでの人生で一番濃い3年間になるでしょう。どれ一つも後悔がないように、一生懸命努力して、一生懸命楽しんで下さい。

(山本誠)

中学の定期テストで

450 点を取る勉強法

中学生の話聞いてみると、定期テストの得点で「あの子は頭が良い・悪い」なんていう話が飛び交っていますが、先生と呼ばれる人たちは全員、間違っていると考えています。中学生の定期テストの結果は、頭の良し悪しでなく、勉強のやり方なのです。つまり、400点以上取る生徒は400点を取る勉強のしかたになっているだけなのです。今回は、その勉強のしかたについて、基本原則と得点別のポイントを明らかにします。

【基本原則】

学校ワークは、テスト2週間前から開始し、最低3回演習して下さい。3日前くらいまでに2回目を終わるのが目安です。回数より目

的の方が大切です。

1 回目「自分のわからない所を発見する」=素早く仕上げる

2 回目「偶然正解した所・不正解の所を解決する」=じっくり仕上げる

3 回目「2 回目で理解した所が正解できるか確認する」=正確に素早く仕上げる

国語と英語は、教科書の本文が出題されるため、3回もワークをやると答えを憶えてしまいますので、塾のテキストを3回目のワークの代わりに用いるのも有効です。英語と、国語の短歌・俳句・詩・古文が範囲の時は、教科書全文暗記が基本です。

【350 点に届かない生徒の勉強法】

たいてい、ワークは1回目～2回目の間で、定期テスト本番を迎えてしまいます。分からない所を発見しても解決仕切れていない状態ですから、得意科目以外は70点に届かないのは当たり前です。主な原因は3つあります。

- ①取り掛かりが、試験1週間前からなどで遅い
- ②1 回目と 2 回目を混ぜて行うので(わからない問題にぶつかるたびに調べるなど)終わらない
- ③答えを赤で書き写すだけで済ませているため、2 回目の目的を果たせていない

【350 点～400 点程度の勉強法】

ワークが2回目～3回目で、本番を迎えるケースを良く見かけます。「あー、これワークのこのページのこの辺りにあった問題に似ているけど、何だっけ？」という失点が多いのが特徴です。お子さんが「うっかりミスしなければ90点以上取れていた」や「間違えていたところはわかっていたところばかりだから、次は大丈夫」といった発言をしていたら、このパターンに陥っている可能性が大了。

【450 点以上取る生徒の勉強法】

学力向上への挑戦状！

《 0 1 2 0 - 4 4 - 5 9 8 1 》

では 450 点以上取る生徒さんの勉強法を見ながら、これまでの問題点を解決していきましょう。

★取り組みが遅い・2 回目に時間がかかる

450 点以上を取る生徒さんは単に取り組みが早だけでなく、日頃から 2 つの工夫をしています。

①前回のテスト範囲から今回のテスト範囲を予測し、どの時期までに何が出来ていなといけないのか、逆算して予定を立てている。ペースが遅れていたら早めに気づくことが出来るので、しまった終わらなかった！ということ事前に防ぐことが出来ています。

②授業中の過ごし方が既に定期テストの下ごしらえになっています。また、不明点はその日の内に解決！用語は授業中に暗記(教科書本文暗記も授業中にやります)。

★3 回目が終わらない

400 点前後になっている生徒さんの特徴は「2 回目の理解」を重要視しているのに対して、450 点以上を取る生徒さんたちが最も重要視しているのは「3 回目の確認作業」です。これを繰り返すのが、上位陣の特徴です。

先に回数より目的が大事と言いましたが、学年トップ 10 の常連は、この確認作業を 4.5 回と繰り返します。定期テストの高得点のポイントは「わからないことを理解する」より「わかっていることを得点にする」ということを経験上熟知しているからでしょう。

定期テストは頭の良し悪しではなく、学校の復習という勉強法の問題です。進学校に進むとこの復習力が前提で授業が進んでいきます。是非、中学生のうちに身につけておくべき習慣です。

(小川)

受験勉強の心構え

- ・ 学歴はキャリアに影響する。レベルの高い大学をめざそう。

IT 化が進みますます高度な学識が要求されており、学歴はその後の人生の生きやすさに大きく影響する。日本は「優しい社会」であり「学歴なんて関係ない」という言葉を信用してはいけない。

- ・ 英語の辞書は使わない

わからない単語があるたび辞書で調べると膨大な時間がかかる。用例も多すぎて頭に入らない。辞書を使わなくても全単語の意味が解答・解説を見ればわかるような問題集・参考書を使おう。

- ・ きれいなノートづくりは時間のムダ

何を見てもわかるような最強ノートを作ってもそれが頭の中に入っていなければ全く意味がない。ノートは見返すというより頭の中に知識を入れる道具のひとつにすぎないので、きれいに書く必要はない。

- ・ 孤独になって勉強する環境

何度も書いて内容を頭に叩き込もう。気持ちを切り替えながら、メリハリをつけて塾の自習室やミスドやスタバで勉強する。寂しくても友達としゃべりながら一緒に勉強してはいけない。勉強効率が 10 分の 1 くらいに落ちると言われている。

- ・ 学校の授業によっては全力で内職しよう。

学校の授業は「一人残らず、みんなで 1 つ 1 つレベルアップしていこう」という雰囲気があり、ムダが多い。すでにわかっていることばかりなら、自習をした方が効率よい場合も多い。

- ・ ツイッターやインスタは勉強が終わって

学力向上への挑戦状！

から

ツイッターでつぶやいたりすると、友達からの反応が気になり勉強に集中できなくなる。すべての勉強を終えるまでは機内モードや電源オフにしておこう。

(宿谷)

じっくり思考力

第13回 ニーズ無視の規制の罫

今回は、ニーズについての問題を考えて見ます。以下の考え方の問題点は何でしょうか。

ある国の国家元首はこう考えていた。

「我が国の国民のギャンブル好きは目に余るものがある。ある調査では、国民の7-8%がギャンブル中毒だと言うし、それによる生産性の低下や破産者の増大はもはや無視できないレベルにある。金額換算すると、公営ギャンブルからの税収の数倍の費用となるといふ。関係者の雇用の問題などは何とかするとして、公営ギャンブルは廃止の方向で考えよう」

——解答です

今回の落とし穴は、ニーズ無視の規制の罫です。正式な用語ではありませんが、こう呼ぶことにします。これは、人間が本質的に持つニーズに対して、むやみに規制をしても、結局は効果があがらないどころか、かえって意図しない副作用をもたらすというものです。

為政者は、往々にして、飲酒やギャンブル、売春、高利貸しなどを「悪徳」とみなしてこれらを規制しようとすることがあります。清廉な為政者ほどその傾向は強いと言えるかも

しれません。しかし、そうした規制は、善意や正義から生まれながら、往々にしてかえって好ましくない結果をもたらすことがあるのです。

その典型的な例が、1919年から30年代前半にかけてアメリカで施行された「禁酒法」です。アメリカは時々プロテスタント的禁欲主義の一面が強く顔を出すお国柄ですが、この時も、アルコールの供給を規制することで、さまざまな社会問題が改善されると考えられました。

しかし、結果は逆でした。アルコールに対する人間の根源的なニーズはなくなるものではありません。正式なアルコール製造・販売が禁止された結果、これらは地下マフィアの格好の資金源となり、彼らの勢力拡大に一役買うことになりました。ギャング映画などでおなじみのアル・カポネもそうしたマフィアの1人です。

また、粗悪な密造酒が出回り、かえって国民の健康を損なうことにもなっていました。酒税による税収もなくなり、また、政府に対する不満も爆発したことから、政府にとっては踏んだり蹴つたりの結果となってしまったのです。ここまで極端ではありませんが、アルコールに対する規制の失敗は、80年代の旧ソ連などでも起こっています。

日本でもかつて同じようなことがありました。江戸時代の寛政の改革がそれにあたります。田沼の政治が腐敗政治を招いたので、一転して質素・儉約に努め、寛政異学の禁や風俗の取り締まりなど、かなり厳しい締め付けを行いました。それが狂歌として歌われることになりました。

白河の 清きに魚の 住みかねて

学力向上への挑戦状！

もとに濁りの 田沼恋しき

厳しすぎるということで、寛政の改革は 6 年で失敗に終わりました。

個人的意見ですが、こういうダブルミーニングの狂歌は風刺が利いていて好きです。

この手の話は、昔に限った話ではありません。現代の日本でも似たようなことが行われています。貸金業に関する一連の規制（グレーゾーン金利の撤廃、年収等の 3 分の 1 を超える貸付けの禁止など）が敷かれましたが、これについても、アングラ化の懸念が呈されています。ある程度高利でもいいからお金を貸してほしいというニーズはやはりあるものです。そうしたニーズがあるにもかかわらず、受け皿となる合法的な供給元を規制してしまえば、どうしてもそこに付け込むアングラ業者は現われるものです。

事実、そうしたニーズを狙って、たとえば無審査であるクレジットカードのショッピング枠を利用して現金化するサービスなどが横行し始めています。

そうした「悪徳」のニーズはあるものだが、と割り切って、これを「必要悪」として合法化する国もあります。オランダの売春や、オーストラリアの一部地域における、ある種の麻薬の合法化などがそれです。アングラ化してかえって国民に不利益を与えるくらいなら、合法化して、より管理しやすい状態にしておこうという発想です。実際にはさまざまな事情が絡んでいるので一概には言えないのですが、ある意味、非常に合理的な発想と言えるでしょう。いずれにせよ、さまざまな国でそうしたニーズに対して、実験的に規制や自由化がおこなわれているのが現実です。

さて、ここまでに挙げた例は国の法律レベ

ルの話でしたが、ビジネスパーソンにも無縁の話ではありません。たとえば、社内での「おしゃべり」の禁止という例を考えてみましょう。どれだけ規制しようとしたところで、ある程度おしゃべりをしたいというのは人間の自然なニーズです。「社内でのおしゃべり」がダメなら、社外に出ておしゃべりをする、などという抜け道を発見する人間も出てくるでしょう。あるいは、PC で仕事をするふりしながらチャットに興じる人間が出てくるかもしれません。それをまたいちいち監視するというのも冴えない話です。

だからと言って、上のことを屁理屈にして、塾の授業中にお喋りするというのは、いけません。お喋りが必要になるほど、長時間に渡るものではありませんからね。普段からあまりうるさくは言っていないませんが、集中するときにずっと集中して問題に取り組むようにしましょう。

(加藤)

PCN 症候群

宿題の提出日が近いのに他のことをしてしまう、締め切りが近い仕事になかなかとりかかれぬなど、遅れてしまうと非常にまずい事になるのに、「あとでやろう」と思ってしまいう事があります。これは PCN (先延ばし) 症候群と呼ばれ、社会全体のどこにでも存在する厄介なものです。この行動を慢性的にとつてしまう人もいて、うつ病や ADHD のような精神疾患や発達障害の原因にもなります。この PCN 症候群を心理的に予防治療する方法を調べてみました。

1、現状の把握

《0120-44-5981》

まず、PCN 症候群についての精神状態を知る必要があります。「あとでもっとやる気がでた時にやろう」といった考えは、やらなければいけないことに対して嫌だなあと思っている気分を、ただ紛らわしているだけだということです。先延ばしをすると結果的に損をするということをしっかり認識しておきます。

2、感情のコントロール

「今やらなければ後でもっと悪い状況になる」と強くイメージすることで、やる気を取り戻すきっかけを作ります。また、やり遂げたあとの満足感や達成感をイメージしてやる気をうながす、という方法もあります。この方法は作業のスピードを上げるメリットもあります。

3、とにかくとりかかる

計算を解いたり、英単語を書いたり、とりあえず始めてみる。作業をしているうちにやる気がどんどん出てきます。また、やる気が出ると信じることで、自分をコントロールしやすくなります。

4、時間で区切る

ある程度まとまった時間があると、やるべきことの多さやゴールが見えなく、どうしようもない気分になる事があります。まずは、最初の1時間だけやるべき事を決め行動しましょう。その1時間が終われば、次の1時間はこれ、といった感じで



区切ることで、時間を有効に活用できると思います。

5、目標を見つめなおす

やるべき事を細かくリストアップして書き出しましょう。そうすることで、今やるべきことがあぶり出され、とりかかることができず。

以上は先延ばしにしないようにする対策でしたが、先延ばしにすることでメリットが発生する場合は別です。例えば数学の方程式を解く場合、筆算が必要な積の計算はなるべく残しておきます（先延ばし）。途中で割り算をすることになった場合は、積の形の方が約分しやすく、また筆算が不要になる場合も多いです。面倒な筆算は極力避けたいですからね。

（あくまでこれは例外で、ほとんどの場合はさっさとやってしまうのが吉です）

（中村）

大学合格実績

国公立大学合格実績(速報)

- ・ 東北大（文）
- ・ 神戸大（海事科学）
- ・ 金沢大（理工）
- ・ 金沢大（医 理学療法）
- ・ 金沢大（経済）
- ・ 富山大（人文）
- ・ 新潟大（理）
- ・ 鹿児島大（水産）
- ・ 上越教育大（教育）
- ・ 富山県立大（工）
- ・ 公立小松大（看護）
- ・ 都留文科大（文）

私立大学合格実績

- ・ 明治大 (法)
- ・ 同志社大 (工)
- ・ 立命館大 (工)
- ・ 立命館大 (理)
- ・ 近畿大 (農業水産)
- ・ 京都外語大 (外)
- ・ 北里大 (海洋)
- ・ 藤田保健衛生大 (臨床検査) など

合格した皆さん、おめでとうございます。
まだ集計中なので、さらに合格者が増えることもあります。

(教務部)

編集後記

このニュースレターを編集しているとき、ちょうど国公立大学の合格発表や、公立高校の入学試験が行われています。一区切りがつき、年度が切り替わり新しいステージに立つタイミングです。ここで、最近特に思うことを書いてみようと思います。

みなさん、「頑張っている人」になれていますか？ もちろん、勉強もそうですが、何も勉強に限った話ではありません。私は「頑張っている人」は得をすると思っています。なぜなら他人が応援したくなるからです。

頑張っている人と、頑張っていない人がいたとします。みなさんはどちらを応援したくなりますか？ 「やるぞー！」と燃えている人、「やる気なーい」と体の力を脱力させている人、どちらを応援しますか？ 少なくとも私は頑張っている人を応援します。

私は5年前に結婚しました。結婚前の3年間は、婚活にいそしんでいました。婚活パー

ティに何度も足を運び、マッチングできることを夢見て頑張っていました。その度に空振りばかりでした。「このままじゃ結婚できないかも」と途方にくれかけていたところに、姉から「いい人いるけど、会ってみる？」と紹介を受けました。それで出会ったのが、今の妻です。

そう、私は婚活で知り合った人と結婚したわけではないのです。だからといって、私の婚活は無駄だったのかというと、そうは思いません。婚活には、真摯に取り組んでいました。それは断言できます。だからこそ、その本気度が他人の目に映り、それが姉の紹介ということを引き出すことになったのだと思っています。中途半端な気持ちで婚活やっていたり、諦めたりしていたら、結婚に至ることは無かったと思います。

姉にしても、私に誰かを紹介するのは義務でもなんでもありません。ましてや、見返りを期待してというものでもありません。でも「頑張っているから、ちょっと一肌脱いでみるかな」と思ってくれたからこそ、紹介してくれたのです。

勉強についても同じです。テスト前に一生懸命勉強しているときに、お母さんがお茶や夜食を用意してくれたことはありませんか？ お茶や夜食の用意というのは、別に義務ではないですよ。頑張っているあなたのために、お母さんが応援してくれているわけです。何か見返りが欲しいわけでもなく、あ



あなたがテストでいい点を取ればお母さんはそれで満足です。

でも、そうやって用意したお茶や夜食を持ってあなたの部屋を訪ねたときに、あなたが漫画を読んでいたたり、寝ていたたりしたら、お母さんはどう思うのでしょうか。間違いなくがっかりするでしょうし、今後、あなたがお茶や夜食にありつけることはないと思います。

私が普段から心がけていて、生徒に言ったこともあります。

「君が頑張る続ける限り、私は君の味方だ」

と。

あくまで、あなたが「主」で、私は「従」です。私はブースターに過ぎません。私がいくらもがいたところで、当事者であるあなたが頑張らないことには、点数を上げることはできないのです。

私は頑張るように促すことはできます。励ますこともできます。しかし、本当に動いて、頑張るのは自分自身でやらなければいけません。

頑張ることで、周囲も応援してくれて、それを励みにして、もっと頑張っていける。そんな人を目指してください。そういう人を、私は全力で応援します！

(教務部)

次回 5 月号は 4 月 20 日発行予定です。

学力向上のヒントがいっぱい！！

ファースト・アカデミー 塾講師の徒然日記

<http://first-academy.at.webry.info/>

ファースト・アカデミーの公式ホームページ

<http://www.first-academy.jp/>

加藤先生ブログ：教室長の冒険譚

<http://zarkava.blog111.fc2.com/>

↓補習などの連絡はこちらから↓

ファースト・アカデミー 情報BOX

<http://first-send.blogspot.com/>

ファースト・アカデミー モバイルサイト

<http://www.first-academy.jp/mobile/>



(文責) 教務部 広報課

☆小松駅前校 小松市土居原町194

0761-21-8863

☆粟津駅前校 (永田教室)

小松市符津町ウ84-10

0761-44-5550

☆粟津駅前校 (田嶋教室)

小松市蓑輪町ニ17

0761-44-5530

☆山代校

加賀市山代温泉

山背台2-75

0761-76-1922

0120-44-5981