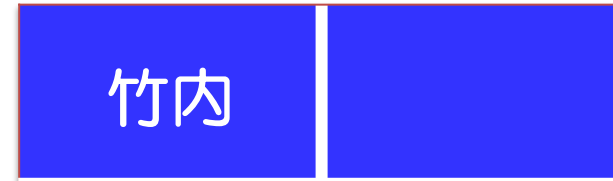
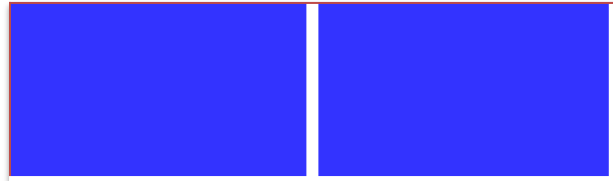


Seating Chart 7/17



※本日のすべてのスライドは、随時タブレットで閲覧できます

保護者学習会

2022 夏季
いくせい塾



本日の予定

10:00～11:40

[Earth room 1F]

- | | |
|-----------|---------|
| 1. 教育概論 | [10:00] |
| 2. 指導システム | [10:25] |
| 3. 教材紹介 | [10:45] |
| ◎ ブレイクタイム | [11:00] |
| 4. 現状報告 | [11:05] |



1. 教育概論

- ① 理念と実績
- ② オンライン学習の需要
- ③ オーナー関与と自習棟の意義
- ④ 学力アップmemoー講習編ー

オーナー 永井寿(内科医師)

[10:00～10:25]



① 理念と実績



理念

教育は、人生を豊かにするもの

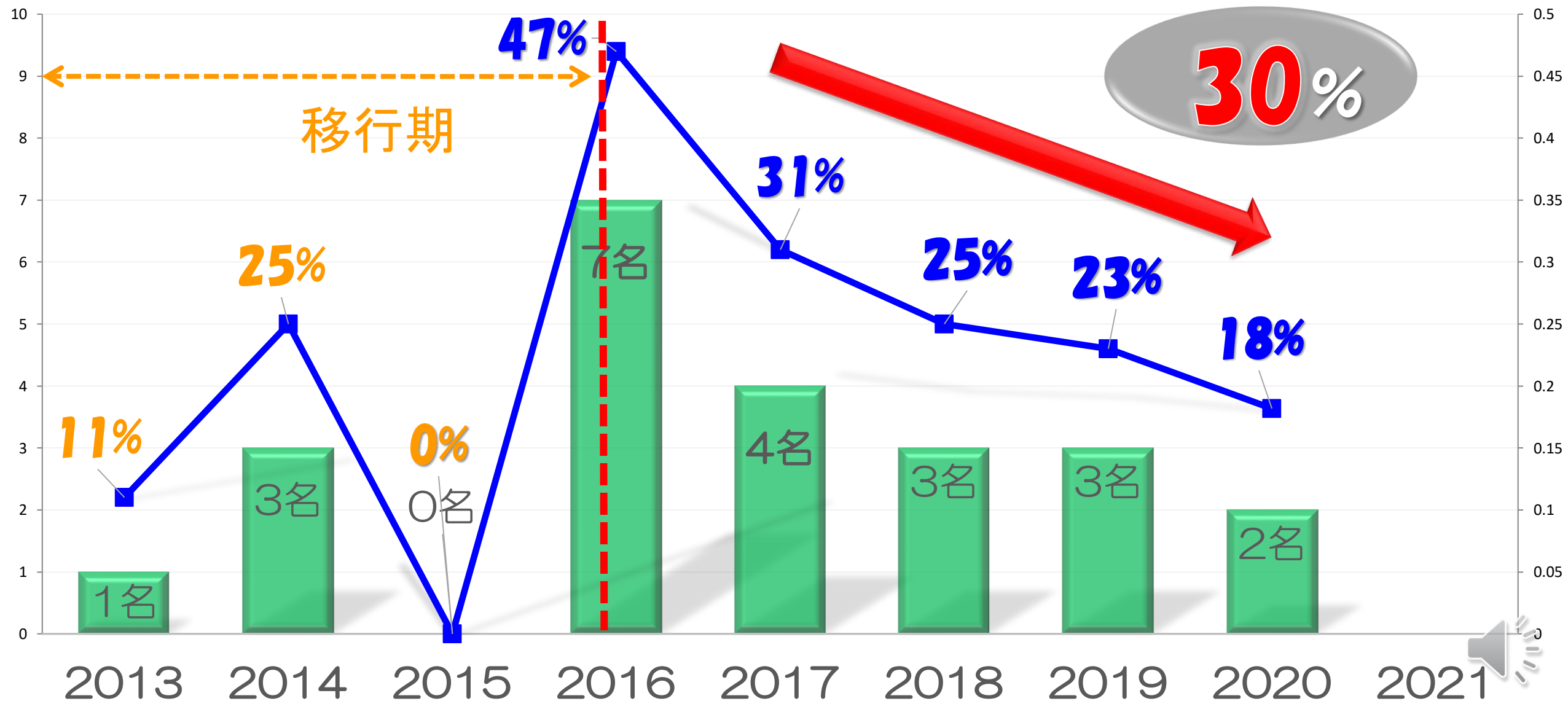
有るものを活かす

天賦の才を開花させる

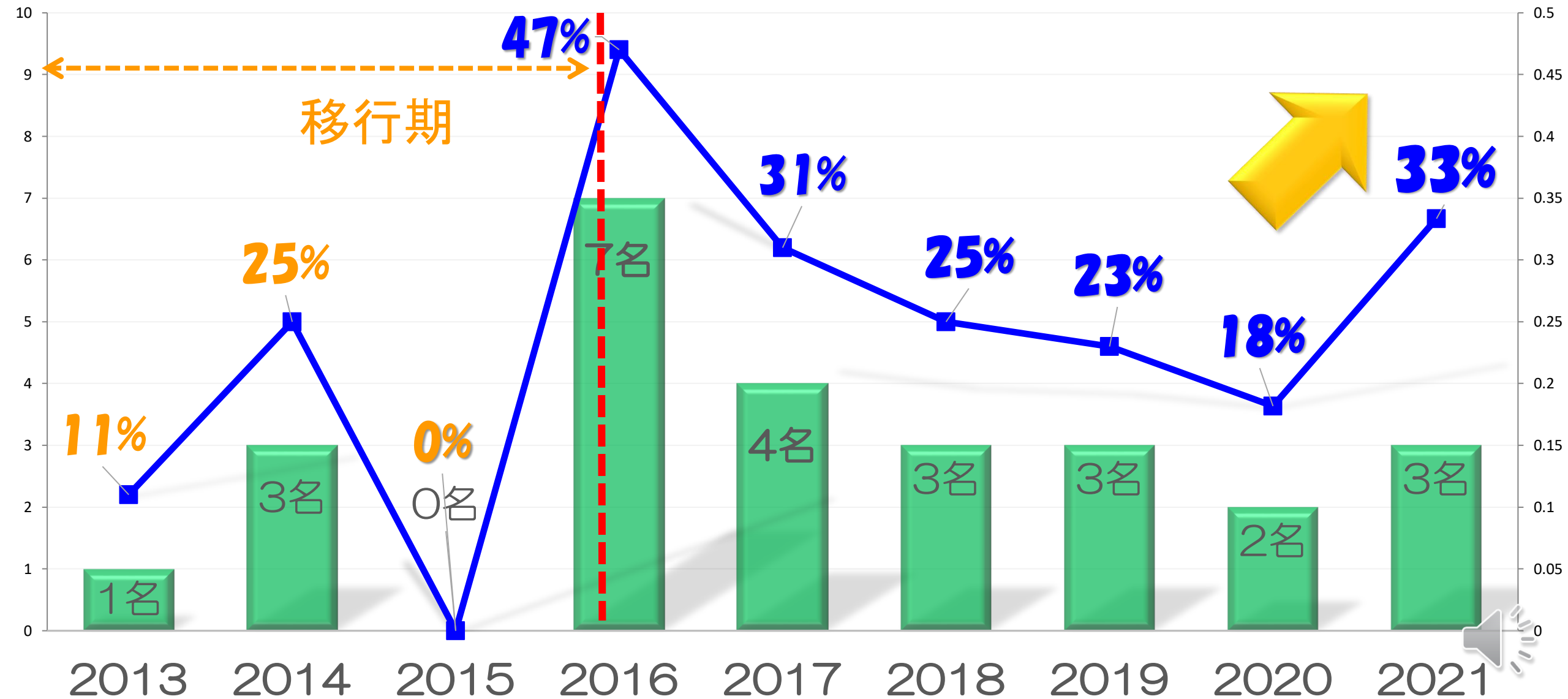
まじめで勤勉ならば報われるシステムの実現



加古川東西進学レベル



加古川東西進学レベル



中3生 講習後 最高順位

年度	1月実力	9月実力	7月実力	進学高校
2021				加古川東高
2020				加古川東高
2019				加古川東高
2018				明石高専
2017				加古川東高
2016				加古川東高
2015				加古川東高(理数)

② オンライン学習の需要

— 直接管理なくして、同等の結果は出せるのか？ —



授業/講座の懸念

大人の監視なくして、同等の成果が出せるか？

- 中3生17名中、講義棟通塾者は約7名です
- 自宅 Zoom 受講者5名、自習棟自立型個別学習5名です
- ベネッセ・Z会・トライは、教室指導ではありません
- いくせい塾を選択する中学生は、監視の必要がない??
- 目的があれば、他者の存在を気にしない方が集中できる？



塾内テストの懸念

大人の監視なくして、同等の成果が出せるか？

- 自宅 **Zoom 受験者約10名**、通塾受験者約7名です
- **未受験率**→約3%(1学期)は、減少傾向となっている
- **正答率70%未満**→約9%では、減少傾向となっている
- **カンニング**は、しようと思えばできる環境です
- **本人次第**で、結果は学校の成績で現れるシステムです



オンライン受験

確認 & 達成テストについてのアンケート

Q 1 : 自宅で受験をすることに、違和感はありますか？

- ① ある ② 時々ある ③ ない



オンライン受験

確認 & 達成テストについてのアンケート

Q 1 : 自宅で受験をすることに、違和感がありますか？

- ① ある (2名)
- ② 時々ある (3名)
- ③ ない (11名)



オンライン受験

確認 & 達成テストについてのアンケート

Q 1 : 自宅で受験をすることに、違和感がありますか？

① ある (2名)

② 時々ある (3名)

③ ない (11名)



オンライン受験

確認 & 達成テストについてのアンケート

Q 2 : 解らないとき

カンニングをしてしまったことはありますか？

- ① ある ② まれにある ③ ない

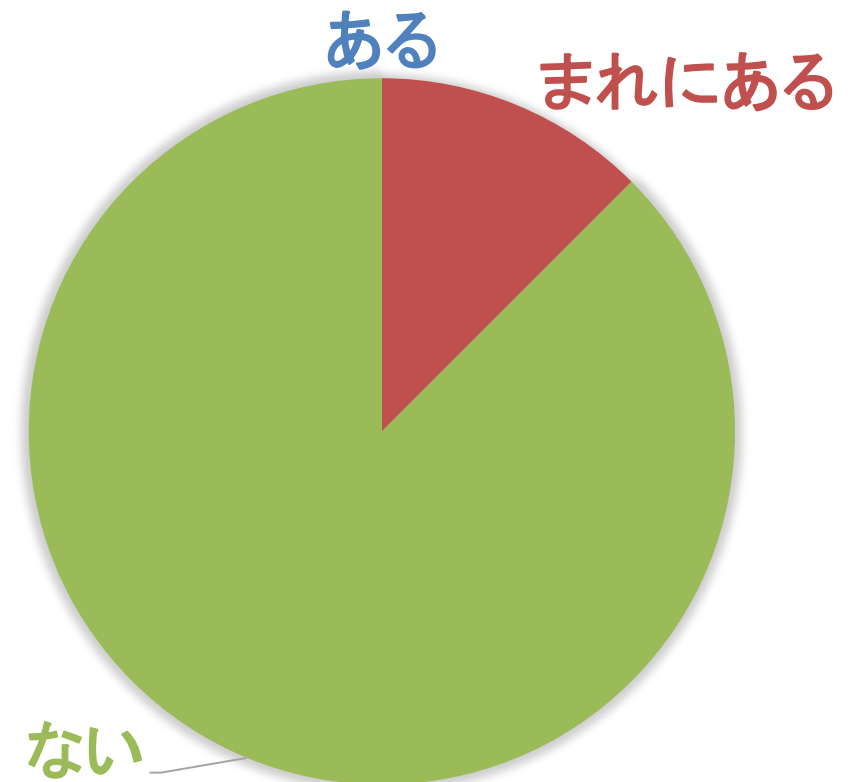


オンライン受験

確認 & 達成テストについてのアンケート

Q 2 : 解らないとき、カンニングをしてしまったことはありますか？

- ① ある (0名)
- ② まれにある (2名)
- ③ ない (14名)



オンライン受験

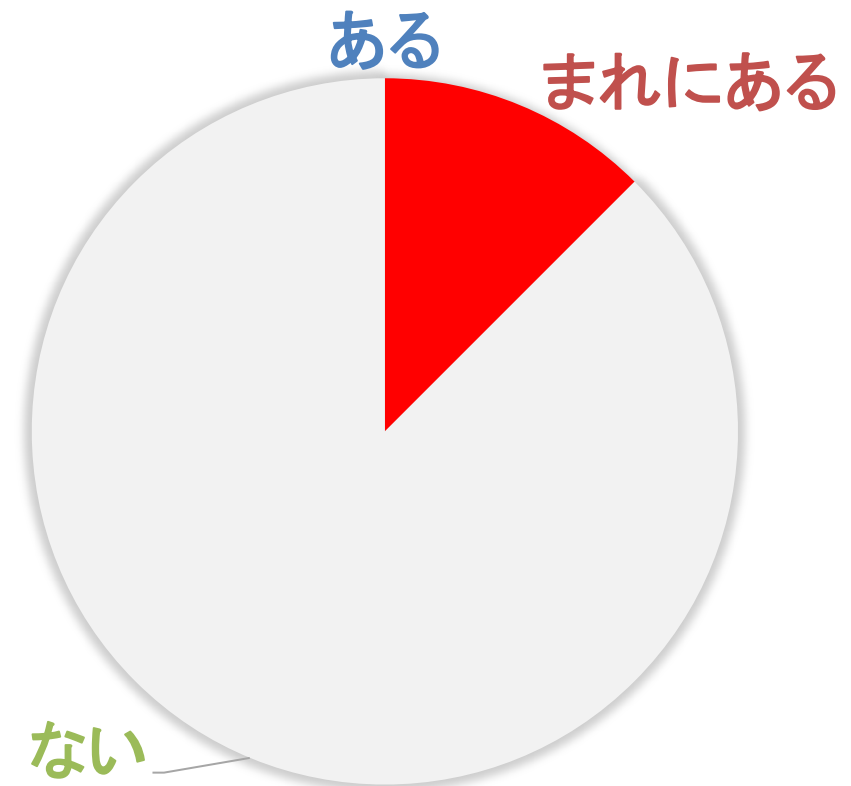
確認 & 達成テストについてのアンケート

Q 2 : 解らないとき、カンニングをしてしまったことはありますか？

① ある (0名)

② まれにある (2名)

③ ない (14名)



オンライン受験

確認 & 達成テストについてのアンケート

Q 3 : オンライン受験の短所

箇条書きで 3 点記入しましょう



短所 ①

ネット器機の不具合によるもの

- Wi-Fi環境により、スライドが止まることがある
- ネット状況が悪いと、途切れ途切れになる
- ネット回線の影響で、見えづらいことがある
- ネットの不具合で、手間がかかることがある



短所 ②

集中力の低下

- 家庭内がうるさすぎて、勉強に集中できない
- 娯楽物があり、勉強への姿勢が悪くなる
- 休み時間と、メリハリがつきにくい
- 監視の目がなく、緊張感が少ない



短所 ③

一斉講座のため、自分のペースでできない

- 塾と家で、意志疎通に時間がかかる
- テスト直しの時に、問題が見れない
- 様子が見えず、コミュニケーションがとり難い
- みんなと同じことしかできず、計画が立て難い



短所 ④

テスト結果の信憑性

- ・カンニングもできてしまうので、あまり平等じゃない
- ・カンニングする人がいると、点数の公平性がない



オンライン受験

確認 & 達成テストについてのアンケート

Q 4 : オンライン受験の長所

箇条書きで 3 点記入しましょう



長所 ①

時間が有効活用できる

- ・時短、移動時間を学習時間に変えられる
- ・遅刻しそうな時でも、間に合うことができる
- ・終わった後も、引き続いて勉強がしやすい
- ・終わった後は、自分の好きな勉強ができる
- ・休み時間に、家でしたいことを済ませる



長所 ②

安心と安全が増す

- ・ 病気や怪我でも、受講することができる
- ・ コロナを心配しなくても良い（感染対策）
- ・ 雨の時など、家を出なくていい
- ・ 暗い道を、帰らなくて良い
- ・ 忘れ物の心配がない



長所 ③

学習効率がUPする

- 家にある教材で、間違えた所などすぐに確認できる
- 分からない箇所は、すぐに先生に聞ける
- 講座を見ながら、ネットでも解説を調べられる
- 周囲を気にせず、1人で集中してできる
- 目が悪くても見えやすい



オンライン受験

確認 & 達成テストについてのアンケート

Q 5 : 今後の改善点



改善点①

Zoomでの受験について

- ・オンラインは便利なので、継続するべきだと思います
- ・カンニングが容易に出来ることが、デメリットだと思います
- ・テスト順位は、カンニングを考えるとモチベーションが下がります
- ・Zoomで受験する場合は、カメラonを徹底したら良いと思います



改善点②

Zoomでの受験について

- 集中力が、通塾に比べると落ちているように感じます
- カメラを付けていないので、ダラダラすることもあります
結局は、個々人の努力や意識の問題だと思います
- 自分の志望校に行くためには、通塾で受験する方が良いと思います
- 部活後眠くなるが、集中力を常に高めるようにしたいです



改善点③

Zoomでの受験について

- 通信が時々途切れてしまうので、良くなって欲しいです
- 先生の姿が見えないので、生徒からの発言がしにくいです
- 急に体調が悪くなることがあるので、自宅なので安心です
- 自主学習に近い形で、忘れ物の心配もなく勉強ができます



通塾による対面管理

スパルタによるやる気の喚起→もはや“意味不明”

- やる気なし・カンニングする人と、一緒に勉強したくない！
- 一斉から個別指導への変化は、個人主義のコンセンサス？
- 家庭の学習環境や通信インフラは、“時短”を現実化した
- 通塾からオンラインへの変化は、親の価値観で大差あり
- 合理的に変化するのは、省エネルギーを好む**生命の本質**か？



指導者に求められる能力

生き伸びる知恵と問題解決能力を教えられる力量

- お金を払い塾に行く目的は、**生徒も理解している時代**に
- 入試分析や教材解説は、**講師を必要としない**段階へ？
- 先生に求められる指導力とは、**人間力としての知恵**になる
- **問題解決能力**は、基礎知識を使い**結果を出した経験**による
- 計画・実践・考察・修正を繰り返して、**不安を確信**に変える



オンライン塾の可能性

通いたくても通えない中学生のサポートに

- 通塾エリアに、兵庫県公立入試に適した進学塾がない
- 身体 (精神) 障害があり、教室指導が受けられない
- オーナー塾長時代、加西市からも複数の通塾生がいました
- 現在、神戸北区病院職員・患者さんより入塾依頼があります
- イメージギャップを心配して、お断りしていましたが…



ベストパフォーマンス

満足な入試を実現するための問題点

- 中3夏休みまでに済ませておけば、夏休みが有効になること
- 『整理と研究』などの1回目は、1学期中に終わらせるべき
- **基礎知識・文法・法則・定理**は、すべて整理されている
- **1学期期末段階で、基本事項の間違いやミスが激減している**
- 夏休み期間、入試問題過去5年分の1回目をすべて実践する



善き行い

この世のすべてを受容する心の在り方

自分に起こる良悪の現象

奢ることなく、恨むことなく

覚悟を決めて一日を過ごす

まじめで勤勉ならば報われるシステムの実現



③ オーナー関与・自習棟の意義



誰でも伸びることはできる

自分次第の状況の中、厳しさを追求するか？

通塾やカンニングに対する複雑な想いや迷いの中
時間だけが過ぎ去っていく塾生が多数派です
強制でやらされて、結果が出れば感謝もある
結果が出なければ、陰で何を言われるか不安
現在の日本社会は、自己責任が主流の様です



ここまでひどいとダメか？

知恵と時間と忍耐があれば、成績は上がる！？



有るものを活かす知恵とは？

塾と学校の教材で、加古川東は合格している！



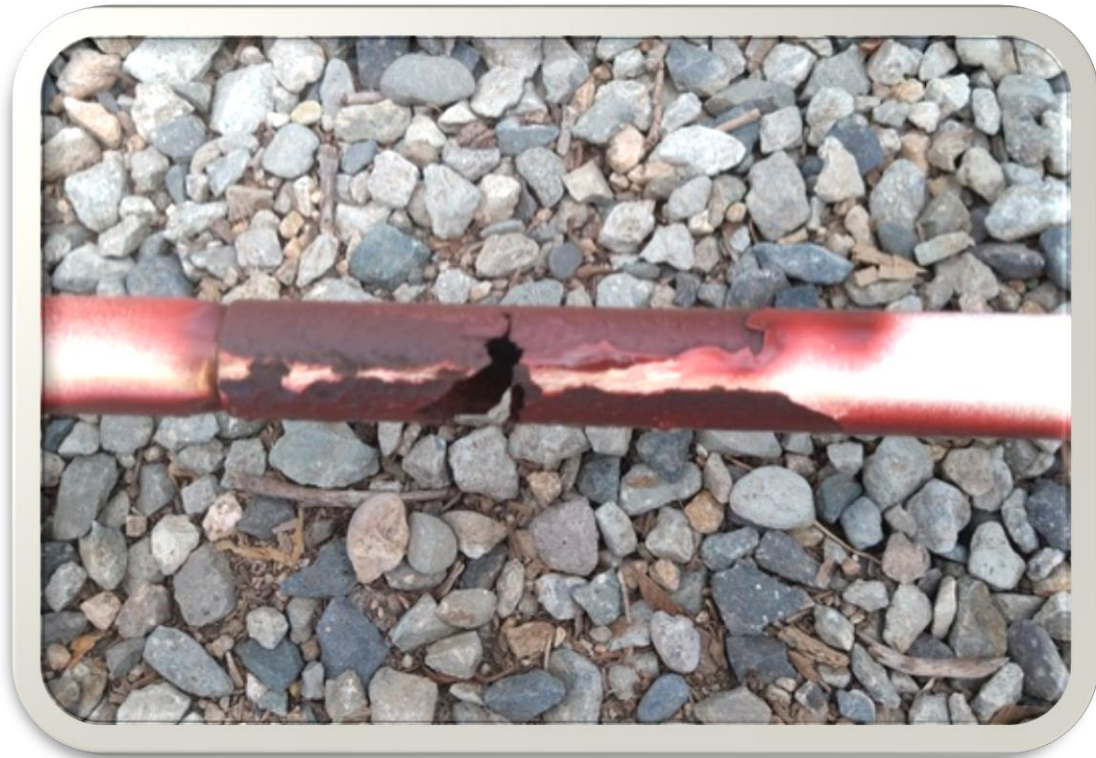
折れないように補強

まずは、弱点克服から取りかかる！



錆止めのため再度やり直し

気付いたことは、“やれば” 得点になる！



子供のストレス

ここ3か月、15歳の不登校生4名の外来診療

腹痛・下痢・頭痛・倦怠感で、学校に行けない中3・高1生

親の不安が限界を超え、外来診療を受診させる

子供のストレスは、日本社会の矛盾の投影である

医者なので、検査や漢方薬など処方をするが…

自分の命を最優先にした“生きる哲学”に気づかせている



成績の上げ方

学力を上げるには、論理的思考が前提となる

「こうすれば志望校に合格ができる」というイメージ

中1・中2で、15回の定期テストがあります

結果から反省して、勉強法を意識して課題を見つけます

良い指導者の下では、英語が喋れるようになるように

中3にもなれば、アドバイスのみで結果が創造できます



自習棟 使用条件①

学力アップ memo VII 「自立編」は、満点合格が条件

項目	基準	備考
① 学校順位百人換算	30位以内	前回テスト
② 達成テスト	Cテスト合格	2枚目まで
	Bテスト合格	再テスト可
	返信メール	時間内に送信
③ ルール・マナー	-2以下	月平均
④ 学力アップmemo I ～VI	90%以上	長期休み受験

※ 不十分になった場合、獲得した使用权は無効となります



自習棟 使用条件②

学力の安定には、年間スケジュールの管理が重要！

項目	基準
① ルール・マナー	敷地内通路で、走ること・しゃべることの禁止 ゴミの出る飲食の禁止(水筒・手作り弁当可)
② ワーク	テスト1週間前までに仕上がっている
③ 学力アップmemoⅦ	学期始めのテストで満点合格

※上記が不十分になった場合、水曜日のみの使用許可となります



④ 学力アップMEMO

— 講習編 —



	I ルール・マナー	評価	II システム総論	評価	III システム各論	評価	IV 通常講座	評価	V テスト対策	評価	VI 講習	評価
1	挨拶 こんばんは、さようなら等 毎回言っている	10	3stage方式 週分ノルマを段階的に習得 基本・応用・確認テストと進める		確認テスト 入試に必要な知識を分割習得 基本事項の再生力を確かめる		進度 毎週1節、講義棟で実践 自立型個別学習を目標とする		百人換算 学校順位の受験活用 現在合格可能な高校を把握する		目的 春冬期・夏期・受験講習 達成目標の違いを理解している	
	遅刻連絡 授業開始15分までに 塾長へ自ら連絡している		Stage1 数英、授業ノートの例題 理社、要点色分け線引き		達成テスト 数字・単語のみ違う単元評価 準備の計画と勤勉が試される		計画 次週の内容をHPで確認 スケジュールノートに書き込む		目標設定 次回の順位や合計点 反省書作成時に設定している		補習コース 学習不足のサポート ワーク、授業ノートを仕上げている	
3	無断欠席 授業開始15分前までに 塾長へ自ら連絡している		Stage2 数英、授業ノートの類題 理社、ワークの過去良問関連問題		過去良問 入試対策に傾向分析は必須 よく出る癖のない問題を選択提供する		語句調べ 英単語・漢字テスト対策 前日までに済ませている		出題情報 テストに関する発言 板書以外もノートにメモしている		実践コース 過去良問のSS解説 より多くの問題を解説・理解する	
4	駐輪場 自転車は、奥よりつめていき 公道へのはみ出しは厳禁である		Stage3 満点を目標にテストで確認 順位を意欲に変換する		ノート活用 テスト前のイメージ再生 短時間でできる工夫をしている		色分け線引き 脳にノートする記憶術 線種を区別しながら覚えている		計画タイミング 範囲が出た当日 テスト計画表を作成している		受験講習 中三 9月からの入試対策 何を準備すればよいか見えてくる	
5	履物整頓 靴は踵を教室側に向けて スリッパは定位置に揃えている		個別質問 講座解説でも理解不十分 スタッフに質問要請している		基礎確認ノート 間違い直しや暗記練習用 覚えることが目的のノート		タイミング 授業ノート・ワーク要点確認後 時間を空けずに実践問題を演習する		計画イメージ 調べの緩急を想定 計画と教材を照らし合っている		目標設定 志望校合格のイメージ 実力テスト百人換算順位で設定する	
6	健康姿勢 焦点距離を適度に保ち 背筋を伸ばすことを心がけている		学生スタッフ 卒業生であり先輩として関わる 学習方法の習得をサポートする		定期対策ノート 過去良問の解答・解説用 学校テスト調べて見直すノート		形式 ワーク・過去良問の実践 大問毎、テスト形式で演習している		計画アレンジ 対策講座の活用 効果的に組み合わせている		弱点克服 得点割合の低い単元 不十分な箇所を把握・解消していく	
7	私語 他者の学習を妨害することなく 自習や講義に集中できる		塾長指導 自立型個別学習を目標にガイダンス カルテによるカリキュラムを毎月実施		受験対策ノート 兵庫県入試の解答・解説用 受験・実力テスト前に見直すノート		分量 学力維持に必要な問題数 ワークは、毎 週各教科3問以上演習する		対策講座 最大限に活かす準備 基本事項の確認を済ませている		カリキュラム 達成目標の確認 集中力の強弱を使い分けている	
8	迷惑な癖 ベン回しや貧乏ゆすり等 周囲が気の散る行為は慎む		ガイダンス S3確認テスト後の塾長指導 ノート管理と教材活用のアドバイス		スケジュールノート 学校テストから逆算して作成 S3終了時、反省と感想を記入する		評価 間違えた問題の活かし方 3段階に区別・記入・準備する		基礎復習 必出事項の効率学習 過去問模試を解く前に活用する		計画作成 効率性の配分と手順 完璧できるイメージまで熟考する	
9	携帯電話 学習の集中の妨げとなる 不要物は持ち込んでいない		カウンセリング 現在の課題を明確化 克服に学力アップ memoを活用する		Today's Schedule 自習のタイムマネジメント 予定を結果にして自信を創造する		活用 想起スピードを優先 ワークに受験知識の書き込みをする		過去問模試 テスト範囲の編集形式 傾向と対策がイメージ化できる		2段計画 全日と当日の関係 今していることの意義を意識している	
10	スポーツバック 教材持ち運び用として 過大な鞆は使用していない		学力アップ memo 前向きカウンセリング 今から何をすれば学力を伸ばせるか？		TS 作成 時間帯に項目を振り分ける 単元・教材・Page・番号の順で記載する		家庭学習 自立レベルと時間の長さ 塾日以外1.5時間、土日3時間以上		過去問解説 過去問模試のSS解説 一斉講座で効率的に理解する		計画変更 予定が崩れそうな状況 早々に、随時修正をしている	
11	ゴミ捨て 消しゴムのかすや計算用紙等 後始末は自分でしている		SOAP思考法 後ろ向きカウンセリング 何をしていた ら成績は上がっていたか？		スライドショー教材 デジタルなので見直しが可能 テスト調べて時短活用する		S1 予習 必要なとき必要なだけ準備 教材を確かめ、状況を予測する		過去良問 講座で解説されない良問 Date base を活用して解いている		1 週前計画 実力テスト対策の再検討 講座と新たな課題を追加している	
12	定位置 机椅子・タブレット・蛍光灯等 元の位置に戻している		自立型個別学習 自己管理・自己責任・自己実現 結果創造に向けて日々修練する		新タブレット SS教材をアニメで総復習 設定速度より速い思考を目標とする		S2 復習 ワーク関連問題を演習理解 自習棟では、過去良問も実践する		入試問題 3年2学期より出題傾向 兵庫県公立入試問題も解いている		前日点検 準備した教材の再確認 やったことを効率的に得点化している	
13	節電 使用した電気機器は 電源OFFを確認している		自習棟 自立型個別学習を修得する空間 質問対応とカリキュラムのみ指導する		速読トレーニング 入試の文字数増多に対応 新聞記事の要約理解を実践する		完全理解 SS解説で解り難いとき その週内に個別質問で解決する		国語対策 塾長による一斉授業 ワークを活用した80分講座		イメ・トレ パニックや緊張の予防 場面を想定した実践をしている	
14	タブレット管理 使用後は初期画面・音量0に戻して 教室長に返却している		自習棟ノルマ ワーク関連問題・過去良問・国語ワーク 自己管理で毎週分完遂する		Internet 検索 疑問はタブレットで解決 情報の活用で結果の差が生じる		確認テスト調べ 脳疲労を意識 調べれば、解答が準備できる		学習順序 脳疲労を意識 一日の仕事量を最大にしている		意志力 長期休みの心構え 前学期分の弱点を克服していく	
15	タブレット貸出条件 ネット動画・ゲーム等 娯楽として使用していない		Zoom講座 家庭で教室講座を受講 警報/学級閉鎖時は全員が対象となる		機器使用 活用法が分からないとき すぐに Staff に聞いている		確認テスト直し 不正解の理解・得点化 返却日にやり直している		計画変更 予定通りにいかないとき 随時、計画に修正を加えている		継続力 毎日淡々と実行 目標まで辿り着けば、結果は生まれる	
16	提出物 学校テスト直し・反省書・成績表 期限迄に塾長に手渡している		国語指導 通常講座で、漢字と速読トレーニング テスト対策で、特別講座を実施する		ホームページ 予定・臨時情報 毎回事前に活用している		達成テスト調べ 本番を意識した予定演習 時間設定とテ スト形式が早期合格の条件		追加課題 対策で気付いた事項 予備時間を使って解決している		集中力 意志力と継続力の恒常 生活の乱れが失敗の原因と知っている	
17	受講義務 成績不振や教材未完成 対策・講習授業に参加している		学校テスト対策 中間・期末前、特別講座に移行 実力前、長期休みに講習を実施		いくせい新聞 毎月始め、HPで確認 保護者と一緒に E-mail 返信している		過去問検索 傾向と対策を考察 平素よりタブレットで閲覧する		完成度 実力限界の仕上がり 諦めずに勉強し続けている		睡眠時間 集中学習の実現 6時間以上は確保している	
18	帰宅時 ご近所へのマナーを考える 大声を出さないように心掛けている		入試対策 中3夏期講習で、基礎確認 9月から過去問演習で、傾向分析		解答活用 ワーク解説欄は必読 線や書き込みを入れている		過去問管理 リスト表に小問単位で評価 完全理解まで何度も繰り返す		基盤直前 当日2回の再確認 定期対策ノートを見直している		基礎準備 実践問題を解く前提 知識の記憶・整理を済ませている	
19	塾外迷惑 塾外生と敷地内での交流 近隣での立ち話はしていない		三者面談 指導の評価と課題の提供 結果が出ないとき、継続を検討する		解答冊子 菜として活用 問題集の学習ページ に挟む		定期テスト準備 テスト調べる完成度 平素よりノート整備を進めている		時間配分 テストを見た瞬間に計算 配点と時間のバランスを意識している		基礎教材 受験教材の要点ペー 隅々までラインを記入している	
20	暴言・逆ギレ スタッフの助言が納得できないとき 塾長に相談している		保護者学習会 現状報告と次学期の取り組み 親の理解は、子の成績に反映する		鞆の整理 教材を取捨選択 毎回、中身を確認している		受験教材 要点ページに線引き書き込み 受験までに何千回と開閉している		切り替え 解けない問題の回避 分かる問題から解いている		予習意義 解説の要・不要 集中すべき問題を取捨選択している	

自立型個別学習

自己管理・自己責任・自己実現
結果創造に向けて日々修練する

いくせい塾での最高・最終目標となる
何をいつすれば結果が出るか、実践しながら学んでいく
システム・環境・アドバイス、すべてが揃っている



自習棟

自立型個別学習を修得する空間

質問対応とカウンセリングのみ指導する

神吉、加古川ではなく、世界で通用する人格になる
自分を甘やかせることなく、日々の計画を実践する
目標を見失うことなく、計画的に結果を創造する



自習棟ノルマ

ワーク関連問題・過去良問・国語ワーク

自己管理で毎週分完遂する

ノルマとは、学校テストで結果を出すための必要分
自己管理・自己責任で、毎週のノルマを進めていく
塾と家庭の学習を、スケジュールで区別して進める



自習棟使用

毎週ノルマを自己管理で実践
自立度により使用権が与えられる

使用権は、自己管理レベルよりランク分けされる
ルール・マナー、テスト準備、ワーク仕上がり等
現役国公立合格を実現するため、厳しく評価する



使用条件

マナー違反で資格は剥奪されます

少しぐらい構わないは子供の発想

空間を共有する塾生へは、トラブル無きよう配慮をする

夜間のマナーとして、近隣他者にも配慮が必要である

自分の行動に責任が持ててこそ、信頼できる個性と認められる



敷地内通路

走らない、会話をしない

他者への配慮ができる

社会人の前提は、状況の判断とその適応にある

自分を律することができれば、調和が図れる

感情コントロールは、入試のトレーニングにもなっている



塾内テスト

達成テストは、C 2 枚目/B 合格

確認テストは、毎回 8 割以上が条件

緊張感のない受験は、メンタルトレーニングになりません
一発合格のイメージに、結果を近づける準備を経験します
不合格の場合、次回合格まで自習棟使用は許可されません



学力アップmemo 第6章

講習編 (30)

原本
[5'20"]



目的

春冬期・夏期・受験講習

達成目標の違いを理解している

春冬期講習は、前学期の復習で時間が過ぎてしまう
夏期講習では、中1からの基礎確認が一通りできる
受験講習では、実践問題を多く解いて自信を育てる



補習コース

学習不足のサポート

ワーク、授業ノートを仕上げている

定期テスト前、ワークが仕上がっていない塾生を指名
強制義務のため、不参加はポイント消去/休塾となる
反省の場でもあり、学習習慣の“変容”を意図する



実践コース

過去良問のSS解説

より多くの問題を解説・理解する

実力テストは範囲が広く、全てを仕上げるのは困難
過去良問をすれば、出題されやすい傾向が見えてくる
Stage 2で紹介している問題から選択、解説していく



受験講習

中三 9 月からの入試対策

何を準備すればよいか見えてくる

敵の力を知らずに戦う者は、無謀な“愚者”である
戦いたいだけなのか、勝ちたいのかを最初に考える
入試問題を演習・分析して、攻略法を習得していく



目標設定

志望校合格のイメージ

実力テスト百人換算順位で設定する

卒業生の進路と百人換算順位は、大いに参考になる
志望校百人換算順位より、学校目標順位を設定する
各教科の平均点差まで、データを活用して検討する



弱点克服

得点割合の低い単元

不十分な箇所を把握・解消していく

合計点を増やすことが、結果的に順位を上げる
小さな凹みを埋めるより、大きな穴から埋めていく
苦手な単元・問題を、スケジュールで徹底攻略する



カリキュラム

達成目標の確認

集中力の強弱を使い分けている

全日程を確認しておけば、課題を克服する機会が見える
受け身で受講すると、聞き逃しが起こり効果も半減する
どの日のどの内容が大切と、初日に言えるようしておく



計画作成

効率的な配分と手順

完遂できるイメージまで熟考する

直前の頑張りより、長期休みの総学習量に意味がある
休み中の単元の配列、当日の教科の順番が効率を左右
難しいものは、前夜に目を通して翌日の午前中にする



2 段計画

全日と当日の関係

今していることの意義を意識している

目標に向けての長期計画の下、解決手段の当日計画がある
『木を見て森を見ず』の思考法は、失敗しやすくなる
意志を持った行動の習慣化が、“自立”となる

計画変更

予定が崩れそうな状況

早々に、随時修正をしている

計画通りに行くことは、まず100%あり得ない
失敗を避けるには、速やかな修正が必要となる
成功率の向上には、随時修正する習慣を付ける

1 週前計画

実力テスト対策の再検討

講座と新たな課題を追加している

対策講座を加味して、新たに計画を作り直す
気付いた課題も消化して、完成度を更に高める
知識を整理して、脳に詰め込む作業を続ける

前日点検

準備した教材の再確認

やったことを効率的に得点化している

長期休み中に、まとめ上げた対策ノートを再確認
過去良問や受験教材等、評価記入を参考に見直す
新たなことをするより、やってきたことを点検する

イメ・トレ

パニックや緊張の予防 場面を想定した実践をしている

場面ごとの対処方法を、シュミレーションしてみる
実際に緊張したら、シュミレーションを試してみる
うまくいかなくても、試し続けると解決に近づく

意志力

長期休みの心構え

前学期分の弱点を克服していく

高校進学成功には、3年間の”戦略”が必須
知識の整理ができる期間は、長期休みに限られる
休み前から覚悟を固めておけば、出だしの差を生む

継続力

毎日淡々と実行

目標まで辿り着けば、結果は生まれる

才能があっても、行動しなければ結果は生まれない
行動を途中でやめてしまえば、目標は達成できない
言い訳を探さず、ただ愚直に行動を継続すればよい

集中力

意志力と継続力の恒常

生活の乱れが失敗の原因と知っている

得点加算⇒（集中力×時間）により差が生じる
精神力も体力も、健康であればこそ恒常化する
睡眠と食事を疎かにすれば、自身が不利になる

睡眠時間

集中学習の実現

6時間以上は確保している

深い眠りが記憶を再構築するので、睡眠が重要となる
脳の神経伝達物質は、睡眠不足では十分に回復しない
徹夜は、長期“戦略”として賢明な“戦術”ではない

基礎準備

実践問題を解く前提

知識の記憶・整理を済ませている

基礎が不十分で演習すれば、時間の無駄が生じる
達成目標は、問題ごとの“攻略法”の獲得にある
法則や定理の見直しは、演習前の“常識”である

基礎教材

受験教材の要点ページ

隅々までラインを記入している

知識は、脳にイメージとして記憶されていく
受験教材は、意識上に再生しやすい構成になっている
色分け線引きや要点を記入すれば、更に効率化する

予習意義

解説の要・不要

集中すべき問題を取捨選択している

集中力は、当日の体調によりその限度が変化する
日程表より、全ての解説問題を事前演習しておく
聴く必要のない問題は、受講態勢をOFFに変える

態勢ON

必要な解説の受講の仕方

聞き逃さないように焦点化している

予習時に、聞き逃してはならない項目を準備する
この大問というより、この小問と“焦点化”する
この小問というより、この部分と“焦点化”する

態勢OFF

不要な解説の受講の仕方

前問の復習や次問の確認をしている

講習の目的は、実力テストの得点力アップ
真面目に聞いた“ふり”をする必要はない
時間を有効に使ってこそ、得点に結びつく

効率的復習

のべ学習時間の短縮

その日の内に知識を定着させている

中途半端で睡眠をとると、忘れる確率は激増する
忘れると、理解からやり直さなければならない
当日内で定着させれば、勉強時間は最も短くなる

過去良問

実力テストの傾向対策

定期テストとの違いを理解している

実力テストでの順位低下は、不適切な対策が多い
過去良問を多数解けば、出題の傾向が見えてくる
頻出範囲があることに、気付くことも重要である

対策ノート

実力テスト・受験直前に確認

日にち/見出し等、時短検索を意識している

見直したいと思ったとき、すぐに確認できるか
前日や当日は、見直すことで不安が軽減できる
教科ごと、短時間で検索できる形式で作成する

10分活用術

学習できる最小単位

暗記数・線引き行数をイメージできる

限られた時間で、最大限の成果に挑戦する姿勢
10分あれば、何がどれだけできるかを自覚する
僅かな時間でも活かせれば、学力は“飛躍”する

ケアレス・ミス

不注意な間違い方

解答・解説時にパターンを分析している

自分は、どのような状況でどのようなミスを犯すか
“自己コーチング”を、意識することが大切である
本番直前は、すべてのミスパターンを想定してみる

ペース配分

自己ベストの実現

休み過ぎ/頑張り過ぎを調整している

受験の満足は、実力が発揮されて結果が出たとき
頑張り過ぎは、長期休養を要して学習総量が低下
経験の下、脳体力が継続するペースを見つけ出す

完成度

気付いて創り上げる

やり残しの無いように完遂している

やり残しに気付いたら、知識を追加して再構成する
テストの終了まで、加点し続けるチャンスはある
納得するまで、修正を加える“作品作り”である

自信創造

弱点克服の確信

前より解ける問題が増えた実感がある

できなかったことができることが、“成長”である
できる実感は自信となり、本番の落ち着きを生む
受験で実力を発揮するには、自信が重要である