

元住吉教室

☎/Fax : 044-411-5675

緊急連絡先☎090-4126-4352

陽光通信

平成 22 年 1 月号

陽光学院本部☎044-433-2553

川崎市中原区本月 2-2-28

「プレッシャーに強くなろう」

最近のクイズ番組はすこしやさしめの問題が多いよね。

だから、見ているぼくらは「分かった!」とか「知ってる!」ってなりやすい。

ただ、不思議に思ったことはないかい?

そんなにむずかしくない問題なのに、どうして答えられない大人が何人もいるのかって。

もちろん、あえて珍解答をして番組を盛り上げてる人もいるんだろう。

けれど、真剣に正解を出そうとしている人も多いはずだ。

それなのに、答えられないのはどうしてだろう?

いちばん大きな原因はプレッシャーにある。

問題がやさしくても、強いプレッシャーがかかった状態ではなかなか答えがでない。

たとえば「きへんの漢字」をできるだけ書いてという問題があった。

いつもなら10個ぐらいは軽く書けるだろう。

でも、収録中で出演者のみんなが注目、しかも制限時間付きという状況では、

気持ちがあせって、冷静に物を考えることができなくなる。

その結果、ほとんど書けないで終わってしまうような人もでてきてしまう。

同じように、テストでもプレッシャーによる失点というのがあるんだ。

特にプレッシャーに弱い子は、テストで実力がまったく発揮できない。

いつもならできていたはずの問題が、テストになったとたんに×、×、×。

いくら実力があっても、これじゃ結果はついてこないよね。

そこで、プレッシャーに弱い子に対して僕がやっていることが2つある。

「自分はテストに弱いんだよな…」と思ってる子はぜひ参考にしてほしい。

1つは、問題を解くときの「型」をきっちりと固めること。

プレッシャーに弱い子は、テストになると問題を解く手順がバラバラになることが多い。

いつもとは違う順番、違うやり方で問題を解いてしまうんだ。

すると、もちろんミスも増えるし、できていた問題もできなくなる。

それを防ぐために、「型」をきっちり決めて、テストでもその「型」通りに解くことだ。

数学だったら計算の順番、途中式の残し方、筆算の書き方、解法の流れ…。

そうやって決めた「型」を普段から、そしてテスト本番でもかならず守る。

そうすれば、いつもの実力がテスト本番でも発揮しやすくなる。

もう一つは、プレッシャーがかかる状態を意識して多めにつくること。

まず、問題を解くときは制限時間を決める、それも少し短めに。

さらに「-2」のように、間違えた数はテキストに記入する。

できれば勉強するときは集中できる場所で一気にやったほうがいい。

とにかく、普段から自分にプレッシャーをかけながら勉強することだ。

そうすればプレッシャーともうまく付き合えるようになる。

せっかくがんばってつけた実力なんだ、テストでしっかり出し切ろう。(菅野)

【4年生】『国語について』

冬期講習中に、入試問題に挑戦しました。実際に解いてみると、まだ学習していないところが多く出てきたり、文章が今までよりも少し難しかったりとなかなか思うように解けなかったと思います。今の時点で解けないからと、焦る必要はまったくありません。ただ2年後にはこのレベルの問題や、さらに難しい問題を制限された時間の中で正確に解かなくてはならないことを意識しておきましょう。

1月に入ってからは、予習シリーズ下の文法事項や文章読解の問題を数多く解く予定です。文章読解に関しては新しく習う単元はほとんどありませんので毎回宿題を出し、その解説を授業中に行います。文章問題を宿題として解いてくることは少し大変だと思います。しかし今までの4年生の学習に対する姿勢を見ていると、はじめは少し大変かもしれませんが、慣れてくればあっという間に解けるとと思います。今までの積極的な姿勢をこれからも忘れずに一緒にがんばっていきましょう。(渡邊)

【5年生】『挑戦の1年』

この1年をどのように計画していくか。学習状況、成績の推移、モチベーションなど多面的にチェックして、学習計画を立てます。家庭学習の時間や集中度は計画の大きな目安になります。1月を準備期間と位置づけて状況を逐次、確認していきます。6年生の様子や過去問などにより意識が受験に向かい出しました。勉強を押し付けるのではなく、本人のやる気を大切にします。「勉強なさい！」と言われて始める勉強は、やる気の出ないものですし、そうした勉強はただの作業になりがちです。塾でもご家庭でも重要なことは「勉強してしまう」環境を与えてあげること。学習時間を週単位で決め、勉強を開始していなければ指摘する。勉強する時間という意識をしっかりと持たせて下さい。1月中に生徒との面談も実施し、個別の学習計画が決定次第、お知らせ致します。理科社会の小テスト、算数の振り返りチェック、算数難問チャレンジ、国語読解のレベルアップと新しいチャレンジを始めていきます。1年間宜しくお願い致します。(池田)

【6年生】『算数について』

残すところ入試まであと1ヶ月を切りました。模試の結果にはとらわれずに、自分が志望する学校に入学するため、最後の最後まで、慢心せず、諦めずに今まで通りの努力を積み重ねて下さい。これから不安な気持ちが募りだす時期です。「大丈夫なのかしら。無理ではないのか。」と落ち込んで、勉強が手に付かなくなることはないように、「絶対に合格するぞ。」という強い気持ちを持って勉強に取り組んで下さい。不安は勉強し、実力をつけることだけで解消できます。今やるべきことを、迷わずにただやるだけです。やるべき宿題を一生懸命にやるだけです。その積み重ねが実力につながり、合格へと結びつきます。家では過去問題の宿題をしっかりとやり、塾では頻出単元の練習をしっかりとやる。それを入試まで足を地に付けしっかりとやっていきましょう。塾でも家でも机に向かうときは集中を切らさないで、ミス無く確実に答えを導く努力をしていきましょう。努力は必ず結果として実を結びます。(山崎)



≪ 1 ≫ 私立推薦&公立前期試験 面接練習(中3)

日程：講習明け～試験前日まで随時

今年も中3生の面接練習を実施します。事前によく聞かれる質問をピックアップした紙を配りますので自分なりの受け答えを考えておいてくださいね。もちろん入室から退室まで、お辞儀の仕方を含めてみっちりやります。公立の前期選抜を受験する生徒は「自己PR書」の下書き原稿を持ってきてください。それをもとに面接練習を行います。しっかりとした受け答えができるまで何度でもやります。昨年は平均で2回～3回、もっとも多い子で7回もやりました。この面接試験で受験が終わる子もいます。最後まで力一杯やりきりましょうね。

≪ 2 ≫ 全県模試(3SS全員&3T希望者)

日時… 1 / 10(日)

神奈川県公立高校受験に的を絞った模擬試験の最終回です。これが志望校を選択する際の大きな判断材料になります。本番と同じ気持ちで臨みましょうね。

≪ 3 ≫ 全県独自対策模試(中3希望者)

日時… 1 / 11(月祝)

横浜翠嵐や多摩など、独自問題を採用している高校に合わせたハイレベルな模擬試験です。こちらも最後の実施です。実力を出し切りましょう。

≪ 4 ≫ 学力診断テスト(中学部)

日程： 1SS… 1 / 18(月) - 1T… 1 / 15(金)

2SS… 1 / 18(月) 2T… 1 / 15(金)

3T… 1 / 15(金)

冬期講習のまとめのテストになります。3Tの生徒はこれが最後の模擬テストです。配布する『ポケゼミ』をやりきって試験に臨もう！

≪ 5 ≫ コンクール(小学部)

日程： 1 / 27(水)～ 1 / 29(金)

覚えるものが中心のテストです。練習プリントは2週間前には配布します。

教科ごとの日程や範囲も一緒に配ります。さあ、100点目指してがんばろう！

≪ 6 ≫ 文章題トライアルⅡ解答配布について(小6)

授業の最初に行っている「文章題トライアルⅠ」、講習中も進めましたのでかなりの問題数を子供たちは解き進めています。その結果、「もっと早くからやればよかった」と私自身思っています。単元ごとの学習からは見えてこないその子の弱点や、練習不足によるミスなどが次々に見つかります。そこをつぶしていくことでその子の算数の土台となる考え方がしっかりかたまっていくはずです。次回面談時にお子様のトライアルの結果をお見せいたします。

さて、家庭用としてお配りした「文章題トライアルⅡ」の解答ができあがりしました。

「家で丸付けをしたいので解答を…」というお声をいただいていたので、小学6年生のご家庭すべてに今回の通信に同封してお送りいたします。ご活用ください。もちろんよく分からなかったところは塾に持ってきてくださいね。すぐに解説します。

[算数の勉強について]

あけましておめでとうございます。今年も宜しくお願いします。年末に実施したコンクール試験は大変よくできていました。1月は引き続き、箱の形(立体)と掛け算を並行して学習していきます。12月に三ケタ×一ケタのかけ算までがスラスラと解けていました。冬休み中の学習量によりますが、その復習と二ケタ×二ケタのかけ算の計算を数多く解いていこうと思っています。(山野井)

[国語の勉強について]

先月おこなわれたコンクールでは見事に満点をとることができました。自宅でかなり練習をしてくれたようです。今回のコンクールは前回の出題数とはことなり、100題ということで練習も大変だったと思いますがよくがんばりましたね。

1月からは4年生の文章読解の問題をあつかっていきます。今までの3年生のテキストよりも少し難しくなると思いますが音読からはじまり、言葉の意味の確認、内容の把握など授業で丁寧に説明をいたします。一つずつの問題をじっくりと解いていきたいと思しますので安心してついてきて下さい。今まで通り楽しく授業に参加して下さいね。(渡邊)

今月の本棚

『ちびまる子ちゃんの暗誦百人一首』 さくらももこ 米川千嘉子 著 (集英社 893円)



～内容紹介 (Amazon より)～

実感のこもった解説とちびまる子ちゃんの愉快的な4コマ漫画で「覚えられる百人一首」。伝記漫画や暗誦のための情報コラムも加えた決定版! カバー裏に「四谷大塚が選んだ、中学入試に必修五首と豊かな心のための五首」付き。

たこ揚げ、コマ回し、すごろく、折り紙…日本の昔から伝わる遊びにはほんとにすぐれた教育効果をもっているものがたくさんあります。

たとえばすごろくでは数の感覚が、折り紙では平面と立体の感覚が遊びながら自然に育ちます。これらの遊びが子供達の間から姿を消しつつあることはとても残念です。「たこを揚げたことがない」「鶴が折れない」なんて子が増えてきたことと、学力低下の問題は実は関係があるんじゃないか…とってしまいます。

さて、そんな日本の伝統的な遊びのなかで、今でも現役でがんばっているのが百人一首です。授業で取り入れる先生も多く、「百人一首大会」が開かれる学校もあります。中学の定期テストで「百人一首を10首暗記」なんて問題が出されたところもあるほどです。

もちろん、読まれた札を取るだけでも十分楽しいですし、いろいろな教育効果はあるのですが、やっぱりお気に入りの札をつくって上の句だけで取れるようになってこそその百人一首です。そのさいのベストパートナーといえるのが本書「ちびまる子ちゃんの暗誦百人一首」です。百首すべての意味と解説が載っています。さらにちびまる子ちゃんのマンガや古文の情報コラムが加わることで歌のもつイメージがスツと頭に入ります。実は大学入試で知っておくべき古文常識もかなりこの本には含まれているのです。とっつきやすく奥が深い。おもしろいうえに、百人一首で活躍できるようになるという一粒で二度おいしい一冊です。(菅野)

学校紹介

○私立中学校

逗子開成中学校（逗子市 男子校 JR横須賀線：逗子駅下車 徒歩12分）

明治36年私立東京開成中学校の分校として創立、今まで公立高校の受け皿的存在であった学校でしたが、昭和59年理事長に就任した徳間音工会長の徳間康快のもと学園改革が行われました。その一環として募集を停止していた中学校を2年後の昭和61年より再開しました。このときの説明会では、徳間会長はえんえんと五木ひろしの話をしていましたが、最後に「10年後には東大2けたの実績を出す」と豪語していました。二十余年経った現在の大学実績は、国公立大76名、早慶上智135名、MARCH235名となっており、難関進学校の1校になっています。

授業は週5日7時限授業を行っています。土曜日には特別講座を受講します。「TOEIC講座」などの学習系から「劇団四季『コーラスライン』を見に行こう」などの芸術系、その他、歴史系、科学系、スポーツ系など多岐にわたって選択できます。芸術科集中講座として、映画鑑賞会も年6回程度行われます。PTAの希望者も大型スクリーンでの映画鑑賞が楽しめます。これらは、様々な国の状況や歴史、文化を、映像を通して学習する狙いがあるようです。また、敷地が海岸線にあることから、海洋教育にも力を入れています。ヨット帆走、1.5km遠泳など「海」の素晴らしさ、怖さを学習させます。海外研修が、中3ではニュージーランド、高2でアジア各国、希望者には1年間のアメリカ長期留学もできます。教科学習では、中2までに中学範囲を終わらせ、中3からは、本格的な大学入試に向けた勉強にはいります。このときより選抜クラスが発足します。

逗子開成はとにかく行事が目白押しです。勉強一辺倒ではなく、いろんなことに興味が持てる子には向いている学校だと思います。（山崎）

○高等学校

公立前期選抜について

毎年、公立の前期選抜はかなり高い倍率となっています。昨年も、多摩…2.40倍、生田…2.78倍、生田…2.78倍、橘…3.08倍、住吉…2.27倍となっており、厳しい競争となっていました。

さて、この前期選抜の可否にもっとも関係するのが内申点です。ただし、ボーダーラインの生徒は面接やその他の自己表現活動、特記事項で可否が決まります（どこまで内申以外を重視するかは学校によって違います）。例年、前期選抜の面接では以下のような質問をされることが多いです。

- ・ 志望理由
- ・ 中学校生活でいちばん思い出に残ったこと
- ・ 自分の短所、長所
- ・ 得意な教科、苦手な教科
- ・ 通学経路と所要時間
- ・ 高校に入ってがんばりたいこと
- ・ 将来の夢とその理由、
- ・ 夢に向かってがんばっていること
- ・ 自己PR（1分程度）
- ・ 総合学習で得たこと
- ・ 趣味
- ・ 勉強をしていて楽しいと感じるときはいつか etc

前期選抜はとにかく倍率が高いので、内申の時点でかなり合格がきびしい生徒もいます。それでも、私としてはできるだけ前期は受験してほしいと思います。前期の対策に力を入れすぎて勉強がおろそかにならないよう気をつければ、前期選抜は可否に関係なく実りあるものになることが多いのです。たび重なる面接の練習を通して生徒は自分を見つめ直すという人生初の経験をします。高校に行く意味や将来の夢、自分についてを深く考えることはとても貴重な経験になるのです。また、志望理由をねり直したり、受験する高校についてくわしく知ることで受験へのモチベーションがさらに高まっていきます。もちろん今年も面接練習を繰り返しやっていきます。去年の受験生は「菅野先生との面接練習の方が本番より緊張した」と言っていました。緊張感を持った練習をして、本番に臨みましょうね。（菅野）

1月の予定表

*ウイング関係は中面をご覧ください。

		飛 鳥	ヘリオス	
日	曜	小学部	小学部	中学部
1	金	冬 期 休 講		
2	土	小6正月特訓授業		中3正月特訓授業
3	日	小6正月特訓授業		中3正月特訓授業
4	月			
5	火			
6	水			
7	木			
8	金	平常授業開始	平常授業開始	平常授業開始
9	土	確認テスト(小5・6) Jジム 小4中入試模試(14:40～)		中3サタデージム
10	日	小6特訓授業⑥ 小5首都圏模試④		全県模試(3SS+3T希望者)
11	月	小6特訓授業⑦	祝休	全県独自模試(希望者)
12	火			
13	水			
14	木			
15	金			学力診断テスト(1T・2T・3T)
16	土	確認テスト(小5・6) Jジム		中3サタデージム
17	日	小6特訓授業⑧		日特⑥
18	月			学力診断テスト(1SS・2SS)
19	火			
20	水			
21	木			
22	金			
23	土	確認テスト(小6) Jジム		中3サタデージム
24	日	小6特訓授業⑨		日特⑦
25	月			
26	火			
27	水		コンクール ↑	
28	木		↓	
29	金			
30	土	確認テスト(小5・6) Jジム		中3サタデージム
31	日	小6特訓授業⑩		日特⑧
2/1	月	入試のため休講		
2	火			
3	水			
4	木	新年度開始		
5	金			
備考		1月24日(日) 英語検定試験 2月7日(日) 漢字検定試験		