

陽光学院 044-433-2553

川崎市中原区木月 2-2-28

<http://www.yokogakuin.co.jp/>

陽光通信

平成 22 年 5 月号

Fax : 044-411-5675

緊急連絡先 090-4126-4352

「潜在意識を味方に…」

まずはちょっとした実験から。かるい気持ちでやってみてね。

「今、ミッキーマウスを頭の中でイメージしないでください。

白い手袋でかん高い声のネズミのキャラクターを、絶対に思い浮かべないでくださいね」

……どうかな？ミッキーマウスを思い浮かべないでいるのはそうとう難しいはずだ。

イメージしないようにと思えば思うほど、ミッキーの姿がはっきりと浮かんじゃうよね。

「やあみんな、ボク、ミッキーだよ！」って声まで聞こえちゃった人もいるかもしれない。

多くの人が、このミッキーの呪縛(じゆばく)からは逃れられないんだ。

これには「潜在意識」ってものが強く関係している。

「潜(もぐ)って在(ある)」意識だから、ふだん僕らが気にすることはほとんどない。

けれど、この潜在意識は意識全体の90%～97%を占めていて、

その人の行動やその結果に大きな影響を与えている。

この潜在意識をうまくつかうために、高いお金を払って専門のコーチを雇っている企業の経営者やプロのスポーツ選手がたくさんいるほどだ。

みんな、なんとかして潜在意識をコントロールしたいって思ってる。

この強力な潜在意識をうまくいかすには、ぜったいに知ってなきゃいけないことがある。

潜在意識は「～するな」とか「～しないで」といった否定形の言葉を理解できない。

すべて肯定形の言葉として受け取ってしまうんだ。

たとえば「緊張するな」と言わされたら、潜在意識は「緊張しろ」と言われていると理解する。

同じように、「おしゃべりするな」は「おしゃべりしろ」に、「フォアボールを出すな」だったら「フォアボールを出せ」と潜在意識は理解し、その通りに行動しようとする。

「イメージしないで」と言われたミッキーの姿をどうしても思い浮かべてしまうのも、

潜在意識が否定形を理解できずに「ミッキーをイメージして」と理解したからなんだ。

というわけで潜在意識をうまくいかすポイント、それは「肯定形の言葉を使う」ことだ。

緊張したくなれば「リラックスしていこう」、おしゃべりをしてほしくなければ「おしゃべりは休み時間にしよう」、ミッキーをイメージしたくなれば「ドナルドダックをイメージしよう」これなら潜在意識も誤解することがない。

じつは勉強の目標の立てかたもこれといつしだよ。

「ぜったいに落ちないぞ！」とか「平均点以下は取らない！」なんていうのは、

「ぜったいに落ちるぞ！」とか「平均点以下を取る！」って言っているのと同じこと。

「ぜったいに合格するぞ！」とか「90点をめざす！」ならオッケーだ。

これからは自分の言葉にちょっと気をつけてみよう。

もし否定形が多ければ、思いとは逆の影響を相手や自分に与えているかもしれないよ。

肯定形で物事を考え、肯定形で相手に伝えるっていうのはすごく効果のあることなんだ。

ぜひ試してみてね。（菅野）

[4年生] 『丁寧に、じっくりと』

3ヶ月が過ぎて通塾や宿題にも慣れました。宿題も少しずつ量を増やします。国語は音読と漢字、算数は計算力(束計算)と文章題、社会・理科は重要単語と復習範囲の問題などです。4年生で一番大切なことは「学習習慣と勉強する気持ち」です。机に座って(段階によっては居間や食卓などでも可)勉強する習慣。一人で出来る問題は横についてあげる必要はありません。塾で楽しく勉強して、ご家庭では一人でコツコツと丁寧にやりきる。成績や理解度も大切ですが、4年生はしっかりと勉強に向き合う気持ちを養っておくことが中学受験では大きな力になります。丁寧にじっくりと勉強する習慣が身につくように指導していきます。(池田)

[5年生] 『伸びるきっかけ』

勉強する姿勢にも粘り強さが表れてきました。中学受験がどういうものかを子供なりにとらえたり、友達との競い合いでったり、がんばった教科が確認テストで80点を超えたことや、やる気に結びついているようです。まだまだ気持ち的にも不安定な5年生、ちょっとの失敗でめげずに元気に勉強してほしいと思います。小テスト合格の達成感、学校見学会、確認テストで(どんな点数でも!)褒められることなどで子供たちは喜びを感じてグングンと成長し、勉強します。このような機会を上手に利用して下さい。苦手な科目は授業前やJジムでしっかりと指導していきます。(池田)

[6年生] 『算数について』

今、学習している単元は、図形にしろ、文章題にしろ、今までに学習したもの複合問題になっています。問題集の基本問題であっても偏差値50以下の学校では出題されない難易度の高い問題も出できます。火曜日、木曜日にやるべき宿題も、練習問題になると手を付けてはいるが正解まではなかなかたどり着けないのが現状です。今はまず基本問題を完璧に理解するよう努力しましょう。余力があれば、練習問題まで取り組もう。日曜日の宿題は、束計算と総復習問題集(ピンクの冊子)です。少し手をつけているだけで中途半端になっている子が何人かいます。必ず1回分以上はやること。1学期のうちに5年生で習った単元の弱いところをある程度まで克服したいと思っています。

受験学年になってから3ヶ月が過ぎました。6年生になり、毎日9時30分までの授業が続き、疲れがたまっています。体調がすぐれないときはしっかりと睡眠を。1日ぐっすりと寝れば元気になります。受験勉強は体力勝負です。(山崎)



« 1 » 学力診断テスト(中学部)

(1) 5／13(木)…1SS・2SS・3SS

(2) 5／14(金)…1T・2T・3T

今年度2回目の模擬試験になります。4月の結果を見ればどこを勉強するべきかが分かります(結果表の下半分にある出題領域別グラフの☆に届いていない単元が弱いところ)。もちろん練習問題であるポケゼミも配ります。しっかりやって試験に臨みましょう。

« 2 » 小学部コンクール

実施日：5／26(水)～5／28(金)

覚えるものが中心のテストです。国語、算数、理科、社会の全教科で行います(選択者は英語も)。練習問題や覚えるプリントを事前に配りますので、家でも勉強できます。やればやっただけ結果ができるテストです。優秀者は通信にて発表します。めざせ満点！詳しい範囲や実施の日程は子供達に配布します。

« 3 » 中学部コンクール

実施日：5／26(水)～5／28(金)

小学部同様、覚えるものが中心のテストです。全教科で実施します。来月に予定されている前期中間テストの内容を中心に出題します。ここで覚えるものをしっかりと覚えておくことは、確実に中間テストの結果につながります。範囲や日程は後日配布いたします。もちろん優秀者は通信にて発表します。

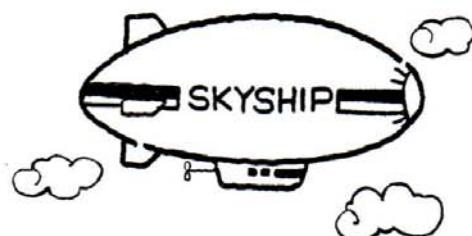
« 4 » 前期中間テスト対策(中学部)

期間…各中学校試験終了まで

前期中間テストが、各学校以下の日程で予定されています。

- | | | | |
|------|---------------|-----|---------------|
| ①今井 | 6／3(木)・4(金) | ②東橋 | 6／3(木)・4(金) |
| ③井田 | 6／10(木)・11(金) | ④日吉 | 6／17(木)・18(金) |
| ⑤南加瀬 | 6／21(月)・22(火) | ⑥住吉 | 6／28(月)・29(火) |

ヘリオスでは5月の末からテストの近い学校の生徒を対象に順次、テスト対策授業を行っていきます。もちろん今回もテスト直前の土曜日・日曜日には特別授業を行います。特別授業の詳しい日程や時間割は実施する週の半ばに子ども達に配布いたします。



[算数の勉強について]

4月はかけ算のきまり、何十・何百のかけ算を勉強しました。2人とも九九を声に出しながら間違えないよう気をつけて1問1問解いていくことができました。また宿題では繰り上がりのあるたし算、1つ上の位から借りてくるひき算を毎回出していましたが2人ともがんばってやってくれました。今月は、はじめてのコンクールがあります。あまりのあるわり算と、かさや時間や長さを表す単位を出題しますので練習問題を何度もがんばって解いていきましょう。(奥)

[国語の勉強について]

毎回、授業は漢字練習、をしてから漢字テストをします。次にテキストの音読を全員します。解説とヒントを与えて問題を解かせます。わからない言葉のせいで解けない問題や設問の意味がつかめない問題など個別に確認しながら指導しています。音読の宿題なども取り入れていきます。また小テストのために勉強をがんばるという習慣・気持ちを、漢字テストを通して経験しています。5月にコンクールを実施しますが目的は同じです。テストに向けてコツコツとがんばることが勉強の土台作りになります。(池田)

※5/27(木)に漢字と計算のコンクールを実施します。練習用のプリントもお配りします。

今月の本棚

『地震イツモノート』 地震イツモプロジェクト／編 湧美公秀／監修 寄藤文平／絵 (木楽舎 1500円)



～内容紹介（「BOOK」データベースより）

地震の瞬間は何もできない。と、考える。その時、何を感じ、何を考えたのか。体験者のキモチをまとめた新しい地震への備え方と工夫の書「モシモ」ではなく「イツモ」。地震との新しいつき合い方を考える本。

阪神・淡路大震災を、今の小学生や中学生はリアルタイムでは知りません。多くの方が亡くなった地震が日本で15年前にあったということを知識として知っているだけの子がほとんどでしょう。そんなみんなにぜひ読んでほしいのがこの『地震イツモノート』です。

この本は、阪神・淡路大震災の被災者167人の体験や考えをもとに、地震に対する心構えや準備をまとめたものです。世界でも有数の地震国である日本に住む私達が、どのように防災に対して取り組んでいけばよいのかを多くのイラストをまじえながら教えてくれます。

この本からは、震災当時の人々の悲しみや憤り、また人の温かさや優しさが、たしかな温度をもって伝わってきます。助けを呼ぶ声をかき消してしまうほど大きな音を立てる報道のヘリコプターを石で撃ち落してやりたいと思った人、「私の家燃えてんねん」と言いながらも仕事を続けた看護婦さん、母親が死んでいても近所の消防団長…みんな震災のときにその場について、自分にできる精一杯のことをしてきた方たちです。そんな方たちの話をまとめたものですから内容に重みがあります。「地震の瞬間は何もできない、と考える」「ライフラインが止まる=原始生活以下になるということ」「人の心がありがたくもあり、怖くもあり」など、被災の現場では何が起きてどんな気持ちになるのかを、ありありと感じることができます。震災を実際には知らない子供はもちろん、震災を現実のできごととして知っている私達が読んでも感じることの多い一冊です。（菅野）

学校紹介

○私立中学校

青山学院中等部(東京都渋谷区 共学校 東急東横線 渋谷駅下車 徒歩10分)

明治9年、プロテstant系キリスト教女子小学校として創立しました。礼拝と聖書の教えを通して他人に対する思いやりや奉仕の気持ちを育て、個々の自主性を重んじながら人格形成し、平和な社会に貢献できる人材育成を目指すことを教育方針の柱としています。渋谷駅から徒歩10分という好条件で広大な敷地内(青山キャンパス)に幼稚園から大学院までが集まっています。現在、高等部の新校舎建設工事が行われています。授業は週5日、8時15分よりSHRが始まります。開始時刻が早いのは、2時限目と3時限目の授業の合間に15分間の礼拝が毎日行われるからです。

授業の特色として、国語科では3年間で読書30冊以上、数学科では中2より習熟度別学習を少人数クラスで実施、理科では実験や観察を重視し、教科書にとらわれず突き詰めた内容まで指導することなどが挙げられます。系列大学への進学が前提にありますので、実技教科の授業もしっかりと行われます。音楽科では中3よりギター教習が始まります。中3から週2時間の選択講座が開始され、韓国語や字幕無しの映画鑑賞、株式など25講座から自分の興味に合わせて選択します。高3になると授業の半数以上がこの選択講座になり、選択講座数も100以上に増えます。国際交流の場として、オーストラリアホームステイ、フィリピン里子訪問、韓国の中学校との交流プログラムを設けています。

09年度の高等部卒業生444名は、系列大学へ80%が推薦入学しました。残り20%は他大学への進学希望者です。他大学合格実績は、国公立大が12名、早慶上智が70名という結果から、他大学へ進学希望する生徒は、青山学院大学では物足りないと感じる層です。たとえ学校側が大学受験のための指導をしなくともこの実績が出るのはいかに高いレベルの生徒が在籍しているかがうかがえます。青山は自由ではありますが、その分自己責任も重くなり、自立を促されます。入ってしまえば大学入試にとらわれずに、将来を見据えて色々なことにチャレンジできます。掛け持ちが可能なクラブ活動に専念するもよし、選択講座で陶芸に打ち込むのもよしの学校です。(山崎)

○高等学校

公立高校授業料無償化 & 私立高校就学支援金について

いよいよ公立高校の授業料の無償化が始まりました。同時に私立高校生に対する就学支援金も支給されることになります。以下にこの制度について簡単にまとめておきます。

▼公立高校

→授業料が無償化

神奈川県の場合、年間の授業料11万8000円が徴収されなくなる。

▼私立高校

→就学支援金によって授業料を減額

支給金額の上限は年額11万8000円～23万7600円

(年収250万円未満程度の世帯の場合、就学支援金が約2倍の23万7600円)

年収250万円～350万円程度の世帯の場合、就学支援金が約1.5倍の17万8200円)

※私立、公立ともに家庭に直接支給されるわけではなく、県を通して各高校に渡されます。

公立高校の場合、年間で40万円～50万円程度の費用がかかります(制服代や修学旅行の積み立てなどを含む)。そのため、今回の授業料無償化によっておよそ1/5の負担が軽減されることになります。私立の場合、年間で120万円～140万円程度の費用がかかるので、今回の就学支援金によって約1/10の負担が軽減されることになります。もちろん公立高校のほうが負担軽減の効果は大きくなっているので、よりいっそう公立志向が強まってくると思います。では公立高校の定員が今後増やされるか、というとそれはあまり期待できません。神奈川の場合、私立との間で募集定員に関する綱引きがあるからです。今年の募集定員の発表があり次第、またお伝えします。(菅野)

5月の予定表

		飛鳥	ヘリオス	
日	曜	小学部	小学部	中学部
1	土	確認テスト(小5・6) Jジム		
2	日			
3	月			
4	火		祝休	
5	水			
6	木			
7	金			
8	土	確認テスト(小5・6) Jジム 小4中入試模試		中3サタデージム(Sジム)
9	日			
10	月			
11	火			
12	水			
13	木			学力診断(1SS・2SS・3SS)
14	金			学力診断(1T・2T・3T)
15	土	確認テスト(小5・6) Jジム		中3サタデージム(Sジム)
16	日			
17	月			
18	火			
19	水			
20	木			
21	金			
22	土	確認テスト(小5・6) Jジム		中3サタデージム(Sジム)
23	日			
24	月			中間テスト対策授業 ↑
25	火			
26	水		コンクール ↑	コンクール ↑
27	木		↓	↓
28	金			
29	土	確認テスト(小5・6) Jジム		中間テスト対策授業
30	日			中間テスト対策授業
31	月			
6/1	火			
2	水			
3	木			
4	金			
5	土	確認テスト(小5・6) Jジム 小4中入試模試		中間テスト対策授業 ↓
備考		☆漢検申込締切6月18日(火) ☆英検申込締切6月18日(火)		