

第 232 号 発行日 平成 28 年 5 月 5 日

合格通信

今
月
の
名
言

人生は挑まなければ、応えてくれな
い。うつろに叩けば、うつろにしか
応えない。

— 城山 三郎 —

4月は新年度の始まりで、クラス替えや、先生方の移動があったりで環境が変わり、心身ともに疲労する時期でもあります。とくに中1生はこれから部活が本格的に始まり、中学生活に慣れるまではまだまだ時間がかかるでしょう。学校の授業はようやく教科書が進んできたところで、初めはゆっくりですが、期末考査が近づくと急に進度を上げてきます。塾としては今のうちにどんどん先取りを進めないと学校に追いつかれるのです。今はだいぶ先を行っていますが、この先取りがなければ期末で結果を出すことはできません。新たな学習事項が次々と出てきて大変ではありますが、がんばってついてきてください。今後、修学旅行や合宿、中総体と行事が続きます、むしろこれからががんばりどころです。



集中できなければ「形だけの勉強になる」②

3. 「技術」…期限を設けることで集中力を発揮する。

人は期限があるものに対しては集中力を発揮することができ、期限がないものには集中することができません。

あなたにも、学校の宿題や課題など提出日がギリギリになって、集中して終わらせた経験があると思います。「期限」というものが集中力を発揮させるカギになるのです。やらなければならないものには必ず、「期限」設けましょう。そしてその「期限」を常に意識するように、手帳に書いたり、スマホに登録するなどしておきましょう。

さらに効果的な期限の設定法は、例えば休日などは1日を午前、午後、夜と3つのタームに分け、「午前にやることリスト」「午後にやることリスト」「夜にやることリスト」を作り、「1日にやることリスト」ではダラダラとなりがちですが、3つに分けることによって、さらに集中力が高まります。そして早く終わったら、それだけ自分の自由な時間が作れるわけですから、自分へのご褒美にもなります。あなたの勉強においても必ず、「期限」を設定してください。集中力が全く違います。

・・・次回に続く。