

絆(進路 ver.)

～進みたい道をみんなでお手伝い！

2022年11月11日(金)

進路通信 第14号

進路担当 渡邊 かおる

進むべき道を見据えて

今やるべきことをしっかりやる！

2学期にはいってたくさん行事があり、なかなか「受験」という雰囲気になりませんでした。大きな行事もほとんど終わりました。受験勉強に切り替えられていますか。

学習時間は自分で作り出す

毎年、入試が近くなると時間が足りないと感じる人が多いようです。でも本当にそうでしょうか。

毎時間の授業、ちゃんとチャイムで始められたら…。授業開始が1～2分遅れたら1週間で30分～1時間ロスします。朝学活10分の積み重ねは1週間で50分になります。

学習の習慣がついていない人は特に、「ナビをする」とか「過去問する」とか「漢字の練習」とか「計算問題」とか簡単に取り組めるものを、1日30分だけ放課後に残ってするところから始めましょう。今からでも遅くはないです。

また「夜遅くまで勉強」するより「朝早く起きて勉強」する方が時間を有効に使えます。夜遅くまで勉強すると、朝ボーッとしてしまう時間が意外に長くなります。入試は、ほとんどの学校が、8:00～8:30集合で9:00試験開始です。頭をフル回転させるには**起きてから3時間**ぐらいかかると言われています。ということで6:00には起きておかないと、入試で力を発揮できなくなります。またその日だけ早起きしても、体が慣れていないと眠気が取れません。頑張っても試験中眠かったら、思うような点数は取れないと思います。ALLで勉強してそのまま試験会場へ…なんかもってのほかですよ！

毎日のきちんとした生活は、**体調管理**にもつながります。「行けるところ」ではなく「行きたいところ」に行くために、時間と体調の管理を意識しましょう。



がんばれ！受験生！！