



自信・笑顔・希望の提供

真友ゼミ通信

2023年6月号

真友ゼミからのお知らせ

- ・夏期講習、夏期合宿の申込受付が始まります！詳しくはスタッフまで
- ・受験生は志望校の選定や受験方法などを随時相談してください



【進路・受験コラム】勉強のやる気を出す方法（今月担当：三条校 富樫）

勉強は「将来の自分の可能性を広げるためのチャレンジ」であると同時に「自分一人の力で困難に立ち向かって解決するためのトレーニング」でもあると思います。しかし、分かっているのに「やる気が出ない」「気分が乗らない」ということもあります。その理由として、

- やっても目標としている成果を得られない
- 頑張る意味や目的がない
- 精神的、身体的につかれている

などがあります。では、どのようにして、やる気を出せばいいのでしょうか？やる気を出す方法として次のようなものがあります。

- ◆**セルフケア**：睡眠時間の確保、栄養バランスの取れた食事、適度な運動など。健康な状態に保たなければ十分に学ぶことは出来ません。
- ◆**頭の中を整理**：「やらなければいけない、やりたいことを紙に書き出す」「期限、優先順位を決める」いわゆる「**TO DO リスト**」を作成しましょう。一目で「今やるべきこと、今はやらなくてよいこと」がわかり「やるか！」という気持ちになります。
- ◆**とにかく手を動かす**：「まず1問！」など簡単なことからやってみます。簡単な初動は心理学でも「**ベビーステップ**」と言われ効果が実証されています。1つ1つ小さな行動を地道に続けることが結果的にやる気を持続させることに繋がります。
- ◆**教科ごとに時間設定**：細かく時間設定をして取り組むとゴールが見えてやる気が出ます。目標時間をクリアするごとに達成感も得られるので、勉強がはかどります。
- ◆**向上心のある人と勉強**：周りから受ける影響は大きいものです。向上心がある人、ポジティブな人と勉強すると自分を変えるきっかけになります。周りにいないという人は講習や勉強合宿に積極的に参加してみましょう！良い刺激になるはずですよ。

以上をぜひ参考に、やる気をアップさせて質の高い勉強をしていきましょう！



ワンポイント学習方法 (今月担当:六日町校 山口)



地歴が暗記科目であるということは、今更言うまでもないことですが、その中でも『地理』ってとりわけ勉強しづらい科目だと感じる人は多いと思います。

歴史は事項間にある因果関係、つまりはストーリーに則って暗記することが可能ですが、地理の暗記は山地や河川の名前や地名など、暗記事項に必然性がありません。ストーリー性がない地理の暗記事項は非常に覚えづらい。

ではどうやって覚えていくかという、秘密兵器「**白地図**」を使っていきます。やり方はシンプルで、気候や山、川、海流や産物品目を1枚の白地図に書けるだけ書き込むのです。よく見返しやすくするためにノートをきれいにまとめる生徒がいますが、きれいさにこだわるのは時間の無駄です。これ以上書き込めない、となったら処分して次の白地図に書き込む作業に移ってください。

山口はかつて地理が苦手で、特に資源の産出国を覚えるのに苦労しましたが、上記のやり方で石油、石炭、鉄 etc の産出地を書き込みまくり、10枚くらい書いたところで無意識に手が動くまでになり、考査を乗り越えました。ぜひこの方法を試してみてください。



合格体験記 | 神戸市立外国語大学-英米学科 合格 (2023年卒)

▼三条高校 卒業 熊倉さん (三条校)



合格した時は、泣くほど嬉しかったです！受験を終えた時は、やっとこの生活から解放される…という気持ちでした。そして、達成感がものすごくありました。入塾前の自分は、定期テスト前や小テスト前くらいしか勉強しておらず、成績はかなり悪かったです。学習習慣が本当に身につけていなかったもので、入塾してから毎日勉強する習慣がついたのはかなり大きかったです。

私は質問があったら自分で先生に聞きに行くスタイルが自分のペースで学習を進めることができ良かったと感じています。

基礎が固まっていなかったもので、入塾してから最初は「何も分からない(泣)」という状態でしたが、それから必死で基礎を徹底学習しました。とにかく基礎が出来ていないと何もできない、難しそうな参考書を持っていても上手く生かせない…と学びました。そして、周りの頭がいい人たちは何もしていないのにできる天才ではなく、死ぬほど努力している人たちなんだと学びました。それに気づけてよかったと思っています。

受験生活を通して学んだことは、とにかくやってみることの大切さです。志望校が自分じゃ無理だと思っても、「いや出来る！」と強い気持ちでひたすら勉強すれば必ず手が届く。模試で判定が悪くても本番までに追い上げることが大事で、常に前を向いて「学び続けること」が大切だと学びました。

これから受験に挑む皆さんには、とにかく単語を覚えていないと英語は読めないの毎日本当に少しでもいいので単語を覚えることをオススメします。日本史は、模試で出来なかったところだけをまとめたノートなどを作って見返すことがオススメです。すごく点数が伸びます！私は模試の後は必ず解きなおしを丁寧に行っていました。これはかなり良い勉強法だと思うので、好き嫌いせず、出された問題には真面目に丁寧に取り組んでください！



スタッフから今月のひとこと



教務責任者:真水

6月は中学生・高校生ともに定期テストがあり、そのテストが終わると夏休みが目前に迫ってきます。特に受験生にとっては非常に重要な期間となるので、何を完了させておきたいかイメージし、計画的に過ごせるよう準備する必要があります。真友ゼミでは、夏期講習（授業・完全個別）や夏期合宿（高3・高卒対象）を実施しますので、どれに参加するか今から考えておくといいでしょう！



上越高田校：鈴木

高校生の皆さんは中間考査が終わり、だいたいの結果が出てきたところかと思います。結果が良かろうと悪かろうと、大切なのは「自分はどの問題が出来なかったのか」をきちんとチェックし、出来なかった問題は直しをして出来るようにすることです。どうしても独力では太刀打ちできない問題に出くわしてしまったら、そんな時こそ私達講師に質問を持ってきてくださいね。

クチコミ・感想募集中！（URLをタップ）

真友ゼミでは、塾ナビや Google MAP への**クチコミ**を募集しています！

忌憚のないご意見をお待ちしております！

いただいたクチコミは校舎運営の参考にさせていただきます。

また、スタッフの励みにもなりますのでぜひご協力をよろしく願いいたします！

（紙面の方は「塾ナビ 真友ゼミ」または Google MAP で「真友ゼミ」とご検索ください）

◆塾ナビ (https://www.jyukunavi.jp/review/sms/input?juku_id=14139)

◆Google MAP（☆評価だけでも歓迎です！）

新潟校 (<https://g.page/shinyuzemi-niigata/review?rc>)

三条校 (<https://g.page/shinyuzemi-sanjyo/review?rc>)

六日町校 (<https://g.page/shinyuzemi-muikamati/review?rc>)

長岡校 (<https://g.page/shinyuzemi-nagaoka/review?rc>)

上越高田校 (<https://g.page/shinyuzemi-takada/review?rc>)

仙台校 (<https://g.page/shinyuzemi/review?rc>)



編集あとがき（担当:佐藤）

6月になりました！先月の大型連休明けから新型コロナの対応が大きく変わり、大型連休を含めてようやく「通常」に戻りつつありますね。学校行事の体育祭や修学旅行、高校総体などの雰囲気も変わり、今年は存分に学校生活を楽しんでいるようです。一方で、6月下旬から7月初旬にかけて定期テストが行われます。そして、受験生は高校3年間で最も勉強をする夏休みが迫ってきています。今まで抑制されていた反動で羽目を外し過ぎないように各学年とも成績は落とさないよう注意しましょう！

