

Z 会進学教室 葛西通信 8 月号

葛西教室に通う本科生の皆さんは、以下の四点を心がけるようにしましょう。

- 1 進学塾に通う中学生としての自覚を持つこと。
- 2 信頼の土台となるあいさつをきちんとすること。
- 3 書くことを大切にし、ノートをしっかりとること。
- 4 自習室を上手に利用し、自分で考えてもわからないことは遠慮なく先生に質問すること。

葛西教室より

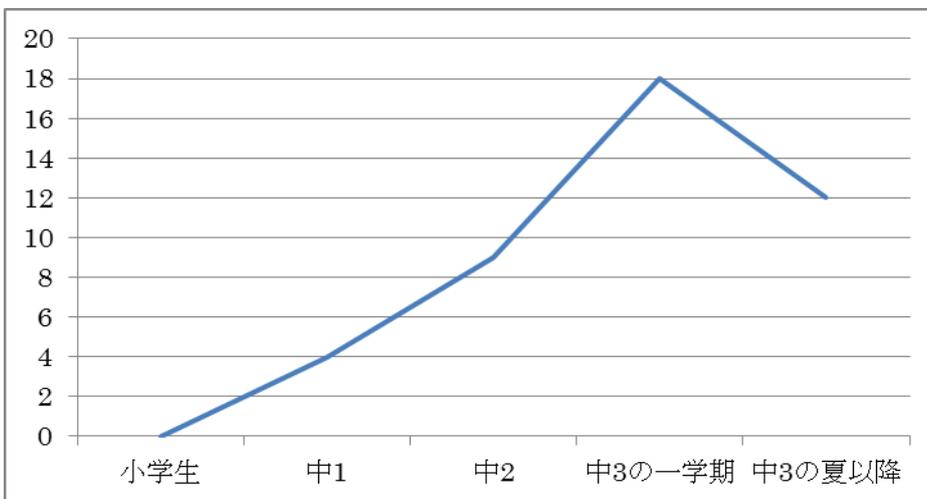
葛西教室の声をお伝えします。

「先輩たちの声を聞く」

2017 年 5 月度の葛西通信で、卒業生たちのアンケートを紹介する記事を書きました。非常に評判がよかったので、今年もこの記事を書いてみたいと思います！ 今年の 3 月、葛西教室からは 77 人の本科生が卒業してきました。昨年とはまた違った質問項目もあります。葛西教室に通っていた先輩たちだからこそ参考になるアドバイス…きっとたくさんあるでしょう。卒業生たちの生の声、ぜひ参考にしてください。



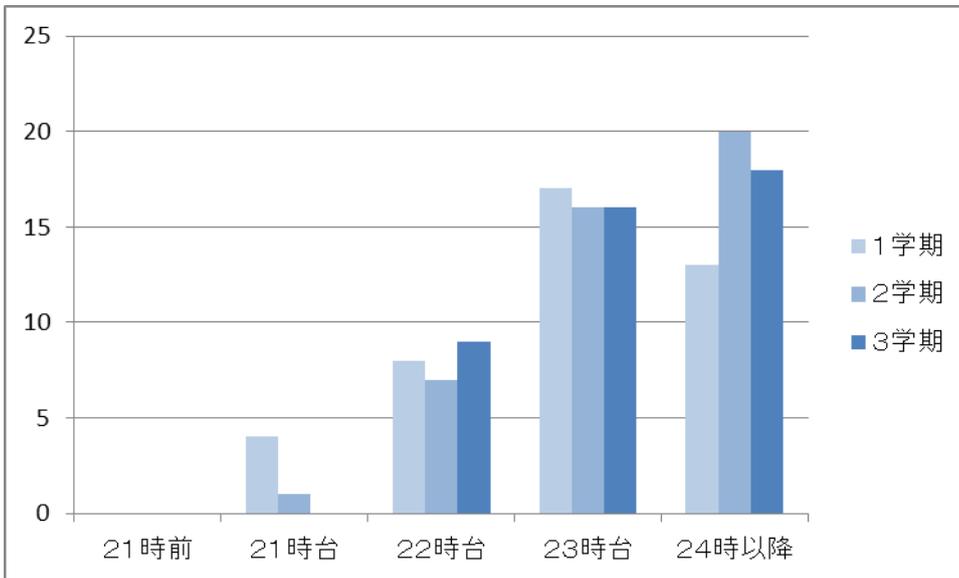
Q 1. 受験勉強はいつ頃からし始めましたか？



中3の始めが一番多い…。
「まだ中3の前期だし～」と
余裕ぶっこいてると、
ライバルに抜かされちゃい
ますよ♡

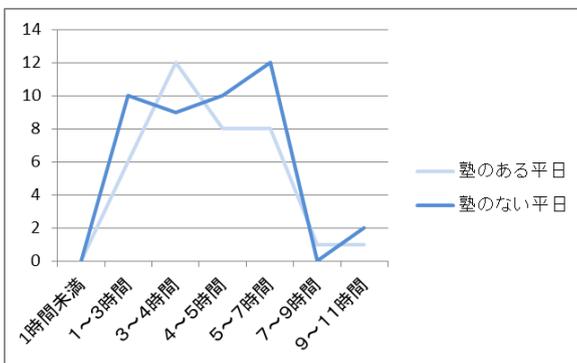
**中1、中2で受験勉強の意
識がある人は3人に1人。
早め早めの準備が後に大事
になってくるのかも??
つべこべ言わずに、さっさと
スタートしちゃいませよ!**

Q 2. 中3 のとき、何時頃に就寝していましたか？



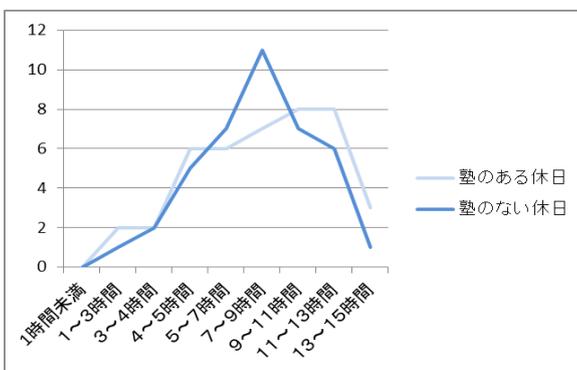
皆さん夜型ですね、
何時に起きる予定なのでしょう、？
「早く寝なさい」と親御さんから言われると思います。
生活リズムを一定にしておくと、受験本番の時も落ち着いた状態でいられます。
だから！！
声を大にして言いたい…
「早く寝なさいあああい」

Q 3. 夏休み以降の一日の平均学習時間はどのくらいですか？



←平日の学習時間
平日で9時間超え！！すごい！！
一日何時間だったかと思うほどの勉強量！！

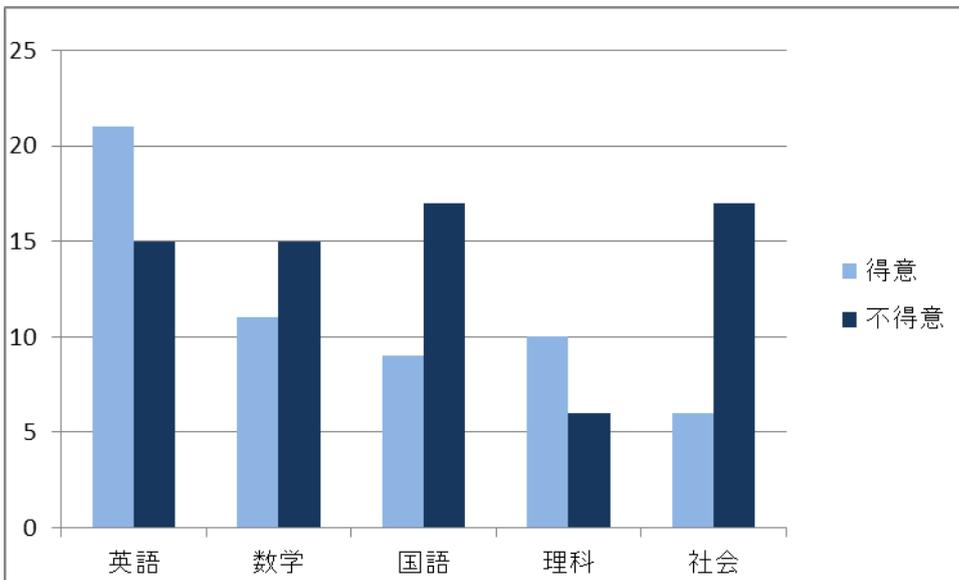
24時間のうち、どれだけ勉強に割くかは自分次第。
それをうまく考えるのが受験生ですよ♡



←休日の学習時間
塾が無い日は7~9時間が一番多いですね！！
色々な誘惑を断ち、ついだらけてしまうところも
己を奮い立たせて勉強に集中していたのでしょうか？

休日をうまく活用することはとっても大事ですよ～

Q 4. 得意科目と苦手科目は何でしたか？



得意科目でダントツなのは英語！！
苦手科目は国語と社会が多いですね、、、。
理社は国公立高校の受験をする人にとって、目を背けられない科目です。
理社を苦手のままにするのはもったいない！！
わからないことは早めにつぶしていましょ♡

Q 5. あなたが勉強するときの集中法は何ですか？

- ・時間を決めておく。モチベーションの上がる文房具を使う。
- ・時間を決めて適度に休憩を取り入れながら勉強する。

→こちらは時間を決める派

- ・最初に好きな教科をやり、勢いが付いてきたら苦手な教科をやる。
- ・「ここまでやる」と小さな目標をたて、それをこなしていく。

→こちらはやる内容を決める派

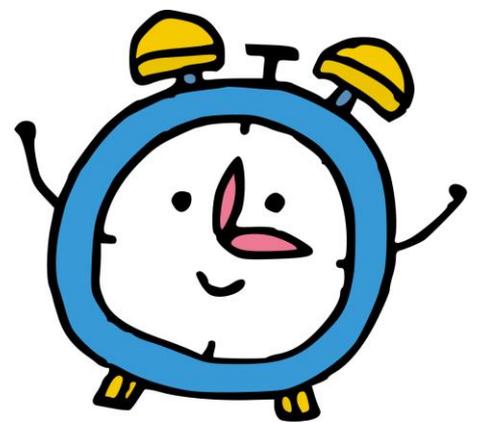
- ・周りの受験生はもっと勉強していると思うこと。
- ・合格した後の状況を頭の中に浮かべる。
- ・その教科が大好きで、楽しいと思いつくこと

→こちらはイメージーション派

- ・ケータイを禁止し、勉強する内容と時間を決める。
- ・やる気が湧くのを待つのではなく、やる気が出るまで机に向かうこと
- ・自習室に行く。とりあえず、塾に行く。
- ・問題を解く前に、目を閉じて何回か深呼吸して、気持ちを落ち着かせる。

→その他気になった回答たち。

やる気は降ってこないから、やるっきゃない！！！！



Q6. テストや普段の勉強で思うような結果が出ない。。そんなスランプの脱出方法は？

- ・思い切って好きなことを目一杯やって楽しむ
- ・音楽をきく。友達と話す。
- ・一回休んでリセットする。
- ・帰り道で歩道橋を渡るのですが、そこを猛ダッシュして気分を一新していました。

→勉強を一回忘れてみる派

- ・一番基礎となる問題を解き直す。
- ・原因はふとした所にあるのが多いので、改めて一から見直す・一つ一つやっていこうと思ってやっていたらいつのまにかという感じ
- ・解き直しをしっかりとやること！！自信が付きます。
- ・勉強法を見直す、もっと勉強する、良かった時のテストを見て自信をつける。
- ・大きい裏紙に敗因を書きだして現実を見つめ、解決策を考える。勉強をやめて好きなことを好きなだけやると、結局勉強がしたくなってくるので勉強するのは好きでやっていることであって結果はおまけだと考えていました。
- ・先生に相談して自分に何が足りないのかを見つける。

→自分を見つめ直し、分析する派

- ・合格して喜んでいる自分を想像する
- ・「勉強とかで/の伸びはありえん。今は曲がり角だ！」と思うようにしていた。

→またまたイメージーション派

- ・得意科目に力を入れてみる。
- ・息抜き程度に普段とは比べものにならないくらい難しい問題を解く
- ・結局受験当日までスランプから抜け出せませんでした
- ・着実にコツコツ解く練習を重ねる。少しでも落ち着かせる（自分を）

→その他気になった回答たち。



スランプなんて気にしない！！

「できるためには何をしたらいいんだろう」って前向きにいこう！！

Q7. 受験勉強のストレス解消、気分転換はどのようにしていましたか。

- ・音楽を聴く。踊る。
- ・家で踊る
- ・ダンスをする。チョコを食べる。

→踊る派(今年は特に多かった、、)

- ・甘い物を食べる。少しゲームをする。
- ・テレビ(プロレスやアニメ)を見る。ご飯を食べる。

→食べる派(食べ過ぎ注意!!)

- ・とりあえず寝る
- ・早寝早起きをする。

→寝る派(幸せは睡眠にあり、、)

- ・学校で友達とよく話し、たくさん笑ってストレスを解消していた。

→学校で発散派(学校での生活は貴重な思い出になるよ♡)

- ・時々外の空気を吸う
- ・運動、勉強机の位置を変える
- ・近くの公園までサイクリング

→動いてみる派(外に出る、、大事!)

- ・その日に自分がどれだけがんばったか、まとめて見返して達成感を得る。

→達成感得る派(紙に残して記録したらもっと良いかも!?)

- ・何を勉強するか、最初に計画を立てる。
- ・お風呂に長く入る
- ・先輩方の合格体験記を読むこと。

・ストレスはあまり感じなかった。時々、筆記用具を新調すると、リフレッシュできた気がする。直前期はビタミン color で揃えた。

- ・本屋さんで歴史や地理のマンガを買って読んだり歌を歌ったりしていました。

→その他気になった回答(勉強するための道具にこだわるのもあり!!)



ストレス発散法は人それぞれ!!

**自分に合うものを考えるより、
まずやってみよう!**



Q8 後輩に贈るアドバイス

・判定がCやDでも諦めずに努力することが肝心です。友達などで、判定によって左右されてしまった人もいたので、そうしなくても大丈夫だと感じます。

- ・最後まであきらめないで頑張れ！（カイロは貼り過ぎないように）
- ・最後まであきらめずに全力を出してください！
- ・最後まであきらめないで！わが道をすすめ！

→あきらめないで努力しよう派(粘って粘って粘～るねば！！)

・授業に集中できなくても、ノートと先生の言ったことのメモは必ずしっかり書く。本番直前の自分の宝になったので

・授業がとても大事です。先生が前で黒板を使いながらわかりやすく解説をしてくれています。できるだけ取り込みましょう

・先生に質問することが苦手な人もわからないことをそのままにしないように、少しずつでも苦手を減らすべきだと思います。

・時期によって勉強の仕方がかなり異なります。どのようにすればいいかわからなくなったときは、塾の先生に頼りましょう。あなたはZ会の一員です！

→先生と授業を活用しよう派(…先生はこわくない！！)

- ・解き直しはしっかりやりましょう。私はもっとしっかりやっておけば、と少し後悔しています。
- ・復習は本当に成績に響きます！
- ・勉強は基本が大切で、一つ一つに時間をかけることが良い
- ・一つ一つ着実にできることを増やしてください。地味でも必ず力になります！

→復習しよう派(基礎の積み重ねが応用を解く力になるよ！！)

- ・準備は早目にした方が良い。いつも通りに生活し、入試当日もいつものシャープペンを使った方が良い。
- ・なるべく早く勉強を始めること。弱いところは早いうちからつぶしていく
- ・勉強は早いうちから
- ・過去問は早目に始めたほうが良い。・テストの前にするルーティーンを決める
- ・早目のうちからこつこつ勉強をしておく
- ・「やれ」と言われたことは全部やること。何でも早目にやることを常に意識してください

→何事も早めに派(早くやって後悔はない！！)

- ・暗記物はなるべく書く。勉強を楽しむ、少しでも興味を持つ
- ・本番は緊張して本来の実力が出ないことがあるので、過去問演習などする際には、合格に必要な点数よりも高い点数を取ることを目標にしたほうが良いと思う
- ・普段から受験を意識して勉強した方がいいよ！

→勉強こうやるといいんじゃない派(勉強楽しんだもん勝ち！)

- ・受験校はよく考えて、本当に行きたいところにする
- ・本当に自分が行きたいと思う高校を見つけて、それに向かって努力を続けられれば、悔いの無い受験になると思います。

→行きたい高校に行こう派(色々な高校に行ってみることが近道だよ！)

- ・内申点は大事！
- ・どんなに学校の授業が下らないと思っても内申は重要です。

→内申大事(うむ！)

- ・自分はすごく勉強頑張った！と受験が終わった後に思えるくらい頑張ってください。必ず自信になると思います。(ちなみに私はもう少し頑張れたよなーと反省しています)
- ・僕はたまに誘惑にまけてしまうときがあったけれど、受験は気持ちが一番大事だから頑張ってください！

→頑張ってお派(「自分頑張ったな」と思うのは受験が終わってから振り返るとき！)

- ・まわりを気にし出したらキリがない！まずは過去の自分を超えよう。息抜きをした時の方が、成績は伸びたので、息抜き大切です(>_<)
- ・あせらず、リラックスした気持ちで試験に臨めると良いと思う
- ・自分を応援してくれる方の存在を忘れないで！スマホはなくても生活できる。制限するのが難しいならなくてもいいかも
- ・後悔が一番良くないと思います。自分のやりたいことを好きなだけやってください。・誇れることをやっていれば、当日も大丈夫！

→その他派(後悔のないようにやっいていこう！！)

先輩たちのたゆまぬ努力から 生まれたアドバイス、、、

その一つ一つが 君を応援しているよ！！

いかがでしたでしょうか？

毎年アンケートは笑いあり、涙あり、
とても内容が濃く、読み応えたっぷりで
楽しみに読んでいます。

来年も濃すぎるほど内容の詰まったアンケートを
楽しみにしています♡



※教室は午前9時には開いています。朝の時間も上手に利用しましょう♪体調管理に気を付けてね！

月	日	曜	受付時間	授業・テスト・模試など※Vもぎ・Wもぎ・駿台模試は3年生が任意で受ける模試です					保護者会・研究会など		
8	1	水	9 ~ 21	夏期講習(前期)	3K 講習④	2V 講習④	2K 講習④	1V 講習④			
	2	木	9 ~ 21	夏期講習(前期)	3K 講習⑤	2V 講習⑤	2K 講習⑤	1V 講習⑤			
	3	金		休室							
	4	土	9 ~ 21	夏期講習(前期)	3K 講習⑥	2V 講習⑥	2K 講習⑥	1V 講習⑥			
	5	日	9 ~ 21	夏期講習(前期)	3K 講習⑦	2V 講習⑦	2K 講習⑦	1V 講習⑦			
	6	月	9 ~ 21	夏期講習(前期)	3K 講習⑧	2V 講習⑧	2K 講習⑧	1V 講習⑧			
	7	火	9 ~ 21	夏期講習(前期)	3K 講習⑨	2V 講習⑨	2K 講習⑨	1V 講習⑨			
	8	水	9 ~ 21	夏期講習(前期) 確認テスト	3K 確認テスト	2V 確認テスト	2K 確認テスト	1V 確認テスト			
	9	木	9 ~ 20	休講							
	10	金		休室							
	11	土		休室							
	12	日		休室							
	13	月		休室							
	14	火	9 ~ 21	夏期講習(後期)	3K 実戦演習①	2V A日程 実戦演習①	2K A日程 実戦演習①	1V A日程 実戦演習①			
15	水	9 ~ 21	夏期講習(後期)	3K 実戦演習②	2V A日程 実戦演習②	2K A日程 実戦演習②	1V A日程 実戦演習②				
16	木	9 ~ 21	夏期講習(後期)	3K 実戦演習③	2V A日程 実戦演習③	2K A日程 実戦演習③	1V A日程 実戦演習③				
17	金	9 ~ 21	夏期講習(後期)	3K 実戦演習④	2V A日程 実戦演習④	2K A日程 実戦演習④	1V A日程 実戦演習④				
18	土	9 ~ 21	夏期講習(後期)	3K 実戦演習⑤	2V A日程 実戦演習⑤	2K A日程 実戦演習⑤	1V A日程 実戦演習⑤				
19	日		休室								
20	月	9 ~ 21	夏期講習(後期)	3K 実戦演習⑥	2V B日程 実戦演習①	2K B日程 実戦演習①	1V B日程 実戦演習①				
21	火	9 ~ 21	夏期講習(後期)	3K 実戦演習⑦	2V B日程 実戦演習②	2K B日程 実戦演習②	1V B日程 実戦演習②				
22	水	9 ~ 21	夏期講習(後期)	3K 実戦演習⑧	2V B日程 実戦演習③	2K B日程 実戦演習③	1V B日程 実戦演習③				
23	木	9 ~ 21	夏期講習(後期)	3K 実戦演習⑨	2V B日程 実戦演習④	2K B日程 実戦演習④	1V B日程 実戦演習④				
24	金	9 ~ 21	夏期講習(後期) 実力テスト	3K 実力テスト	2V B日程 実戦演習⑤	2K B日程 実戦演習⑤	1V B日程 実戦演習⑤				
25	土	9 ~ 21	休講	中3 模試 自校作成テスト				14:00~16:00 私立の先輩に聞く!	17:00~19:00 日比谷の先輩に聞く!		
26	日	10 ~ 20	休講			第2回 駿台模試	Vもぎ (東京・千葉)	Wもぎ(東京)	夏期講習報告会 一般生対象		
27	月	14 ~ 22	休講								
28	火	14 ~ 22	休講								
29	水	14 ~ 22	休講								
30	木	14 ~ 22	休講								
31	金		休室								
9	1	土	14 ~ 22	休講					夏期講習報告会 一般生対象		
	2	日	10 ~ 20	9月度①			私立Vもぎ	私立Wもぎ			

Z会の教室
Z会進学教室 葛西教室

〒134-0084 江戸川区東葛西 6-2-3 第三須三ビル 6階 TEL03-5878-0844

受付時間 平日 14:00~22:00 日曜日 10:00~20:00 休室日 木曜日

『葛西通信』の記事(バックナンバー)はWebからもご覧いただけます。

Z会 葛西 検索