



2021.9月号

秋は「勉強時間の確保」と「夏からの継続」がカギ

Q. 秋に勉強につまずきやすいのは、なぜ？

内的要因

- ①夏休み中の不規則な生活が元に戻らない
- ②授業に集中できず、やる気が起きない



外的要因

- ③授業のスピードが上がってついていけない
- ④内容が難しくなって理解ができない

A. つまずかないための3つのポイント

その1 生活リズムを夏休み前の状態に

夏休みからの切り替えを図るために、初めのうちは今より気持ち1時間早く寝よう心掛けましょう。土日でも夜更かしはせず、できるだけ普段の起床時間に近づけるようにし、規則正しい生活を意識しましょう。

その2 塾での学習の継続

夏期講習で理解できたこと、まだ課題になっていること、新しく見つかった課題など、今の自分がどんな状況かを振り返ってみましょう。確認テストや月例テスト（模擬試験）の結果も参考に、通塾教科について教室長や先生と相談しましょう。夏期講習でコツがつかめた教科は引き続き通塾を考えてみましょう。

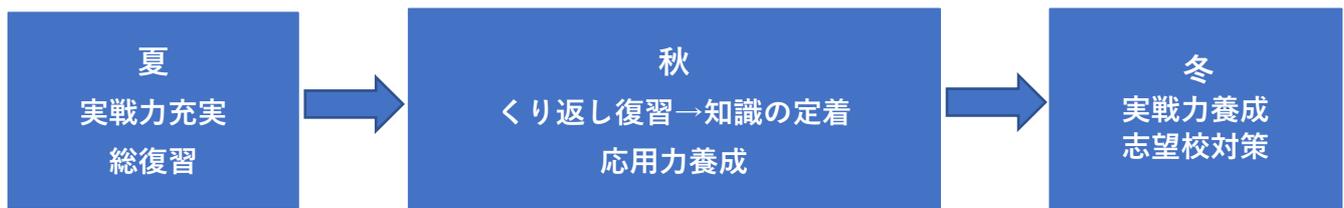
その3 家庭学習の継続

夏休み中と比べると自由に使える時間は減少するので、毎日少しでも机に向かう姿勢が大きな差につながります。日頃から少しずつでも取り組んでおくと、課題が明確になってテスト直前の対策も立てやすくなります。明光義塾の定期テスト対策授業もうまく活用して、家庭学習も充実させましょう。

受験生の「夏がんばったから大丈夫！」はキケン！？

受験生のみなさんは、9月の時点で学校生活の8割方を過ごしたことになります。秋以降新しく学習する内容はもちろんですが、それまでに習った内容が入試に直結することはいうまでもありません。よって、これから新しく習う単元と、これまで習った単元の両方の復習をバランスよく行っていくことが大切です。

夏の成果を出すためには



上の図は、夏に学習したことが秋、冬を通じて受験につながっていくイメージ図です。秋の役割は、夏に学習した内容を定着させること。そして定着した内容を使って、実戦力をつけていくことです。基礎基本が定着していない状態では、いくら難しい問題を解いても、夏の成果は期待できません。夏期講習のテキストを本棚にしまうのではなく、定着するまでは1冊のテキストを2回、3回とくり返し解きましょう。

学習した時に一つひとつしっかり理解していくことが大切！

9月スケジュール

- 9月 4日（土）総合A対策模試（中3のみ）
- 9月11日（土）月例テスト9月号
- 9月15日（水）学力テスト総合A（中3のみ）
- 9月20日（月）は通常授業あり 23日（木）は閉室
- 9月29日（水）は閉室 30日（木）は通常授業あり

↓過去の情熱通信はこちらから！



困難

多くの人は困難を嫌がり、楽を好みます。難が無い「無難な人生」を好みます。私もそんな中の1人です。しかし、困難を生まれたときから嫌がっていた人はいたでしょうか。赤ん坊のときに何度も転び、何度も痛い思いをして、多くの困難があっても歩く練習を繰り返し、歩けるようになったはず。まるで困難を楽しむかのように、歩けるようになった先にある人生にワクワクしながら、困難を乗り越えてきたはずです。

この先にあるワクワクする気持ちを忘れずに、多くのことにチャレンジし、達成を繰り返している人が、俗に言う成功者なのかもしれません。このような人達は、難が有る「有難い人生」を送っているのかもしれませんが。無難な人生と有難い人生、あなたはどちらを選択しますか？

釧路愛国教室 瀬賀 伸貴 Tel 0154-32-7870
〒085-0051 釧路市光陽町14-8

十五夜

9月（長月）日増しに夜が長くなるので「夜長月」。それが「長月」になったといわれています。今回は十五夜について書いていきます。

十五夜の意味や目的はおもに3つあると考えられます。1つ目は、農作物の豊作を願うことと、この時期に獲れた野菜などへの感謝。2つ目は、昔は月の満ち欠けなどによって天気を予想したり、月のあかりで暮らしていたことから、月の恩恵に感謝をする意味。3つ目は、1年中のうちでこの時期の月が最も美しいといわれていることから、月を眺めるため。

十五夜とは、旧暦の毎月15日の夜のことを指し、毎月ありますが、旧暦の8月である「中秋」には、月が明るく美しく見えるため旧暦の8月15日の月を「中秋の名月」と呼び、「十五夜」といいます。釧路春採SC教室 安田 光則 Tel 0154-65-6458
〒085-0813 釧路市春採7-1-48

自分の脈拍知ってますか？

今、皆さんはほとんど毎日検温していると思いますが、血圧や脈拍はどうでしょうか？私は元々運動をしていた影響もあり、睡眠時間・気圧などにより変動もありますが、運動していない時間帯の脈拍は毎分50～60回くらいが普通です。血圧となると低血圧なもので、最高血圧100mmHgを切ることもしばしばです。最近リングフィットで運動していますが、測定方法やタイミングを考えると、あれだけで運動量を調整するのは難しいと思います。自分の基準を知らないと、おそらくオーバーワークに…。血圧や脈拍は人によって違い、普段から測ることで自分の基準、運動の負荷だけではなく体調も知ることができる基準を作ることにつながります。熱を測りながら反対の腕で血圧や脈拍を測る、なんてこともできる時代です。検温が習慣になっている間に、血圧・脈拍の記録も習慣にしませんか？

当別教室 平山 由香利 Tel 0133-23-2228
〒061-0233 石狩郡当別町白樺町163-38 1F

9月入学案

昨年の春、コロナの影響で休校期間が長引いていた時に9月入学制導入が話題となっていたことを覚えておられますでしょうか？結局は9月入学案は見送られ、従来通りの4月入学で現在まで推移しています。そもそも日本における4月入学制は会計年度の問題など大人の事情が深く関係しているため、簡単には入学時期を変更は出来ないようです。欧米を中心に主流となっている9月入学制についてはどんな事情があるのか気になって調べてみたところ、諸説ある中で有力なのは、農作業の繁忙期が7月～8月なので子供たちに作業を手伝わせたいために、9月入学が定着したらしいとの説です。ここにも大人の事情があるようで、留学などを考えると9月入学制は歓迎されるのでしょうか、しばらくは4月入学のままで良いと思う自分があります。

釧路鳥取教室 藤井 聡史 Tel 0154-65-9933
〒084-0907 釧路市鳥取北10-5-22

新たな刺激を

数か月前から、ExcelやGoogleドキュメントを学びなおそうということで、YouTubeなど見ながら勉強しております。またそれとは別にAppsheetというサービスにも触れています。どのサービスも、自分が想像したよりも現実にも生まれる瞬間というのがとても楽しくて、夢中になってやっておりました。が、一昨日、ついに飽きました(苦笑)。というのも、必要な知識が身につくにつれて、その作業もだんだんと単調になってきます。もはやそこにはあの頃の「新たな発見」という感動は微塵もありません。どのサービスも、奥の深いものではありませんので、まだまだ伸びしろはそれぞれ無限にあるのですが…。目標を改める時期が来たのかもしれませんが。一つの目標を達成した生徒に、いかに次の目標や刺激を与えるかというのが我々の仕事の一つのテーマではありますが、その重要性を身をもって体験した次第です。

中標津教室 堀 正太 Tel 0153-74-0900
〒086-1007 標津郡中標津町東七条南7-8 2F

断捨離開始宣言！

～不要な物を減らし、生活に調和をもたらそうとする～ いわゆる断捨離の定義だそうですが、その断捨離を開始しました。それほど物に囲まれた生活をしているわけでもなく、自分としては、日常生活において、身の回りの物は少ないほうが良いなど思っていて、不要なものはどんどん捨てる主義です。その意味においては物を持たないミニマリストのようであるものの、しかしながら「趣味の物」が実に多いのです。ええ、大なる矛盾。物欲と煩惱の塊みたいなものですね(苦笑)。テレビドラマに出てくるような、ちょっと生活感に欠けるかのようなすっきり整理された空間が好きです。思うところがありここから先、「趣味の物」を手放し、物への執着心を打ち消していこうと決意した次第であります。断捨離。そしてちょっと早い終活の開始であります。

株式会社 情熱空間
代表取締役 三木 克敏