

■学習方法の見直しをしよう

中間考査終了、お疲れさまでした。手応えはいかがだったでしょうか。明日から答案が順次返却されてくると思いますが、大事なのは、今回の定期テストに向けての準備、計画、取組、結果を振り返って「反省点」「課題」をあぶり出し、次回に生かすことです。例えば、

①「範囲が終わらなかった！」という人

これは定期考査に向けての計画の立て方が不十分だった可能性があります。2週間前には考査範囲、1週間前には考査の時間割が発表されますが、そこから逆算して「何日前までにどこまで終わらせるか」の見通しを立てて勉強していたでしょうか。行き当たりばったりの学習では直前になって大慌てするのが目に見えています。今回は「早めの準備」と「見通しをもった計画」をテーマに課題の克服に努めましょう。

②「想定していない問題が出題された！」という人

このような人は考査範囲のポイントをしっかりと掘っていないことが原因かと思われます。定期考査というのは日々の授業の理解度を測るもの。授業中に先生が「これは大事!!」と強調したポイントをしっかりと押さえていたでしょうか。次回のテストまで、授業の説明を一言も聞き洩らさないつもりで「まず授業に全力集中」です。

そして、皆さんに声を大にして伝えたいのは

「返却された答案を徹底的に見直すこと!!!」

です(「徹底的に」とは「もう1回同じ問題で試験を受けたら満点取れる」までやる、ということです)。間違えた問題(まぐれで当たった問題も含め)を全て洗い出し、間違えた原因を分析し、教科ごとに作った間違い直しノート(通称『懺悔ノート』)に反省点を含め記録し、すらすら解けるようになるまで何度も繰り返すのです。テストが終わるたびに丁寧に復習する習慣をつけましょう。間違えた答案が皆さんにとっての最高の教材です。

■1年生のうちにやっておくべきこと

1年生は初めての定期考査。いろいろ反省や不安もあるでしょう。でも大丈夫。まだ挽回のチャンスは何度もあります。受験を経験した先輩の多くが「1年生のうちにやっておけばよかった」と口を揃えるテーマがあります。先輩からのメッセージを参考に、期末考査に向けて前向きに取り組んでいきましょう(2・3年生も、「まだまだこれから」ですよ)。初心に帰って再スタートです。

英単語は1年生からコツコツやっておくべき!3年生になった時、社会の暗記が重くなるので…。単語のアプリ使うと発音も聴けてオススメです。部活が忙しい時は、授業でちゃんとノート取って、テスト前に復習すれば十分だと思います。私は提出課題をテストの2、3日前に終わらせてその後は暗記とノートの見直しに使ってました。数学は得意な友達に聞くのが早いです。1年生は教科書が一番大事です。1年生の時から定期テストで頑張れば、(もし点数悪くても)3年の夏まで部活やっても間に合います。1年生はそんなに焦らずに楽しい覚え方を探すくらいの気持ちでやると集中できるかなって思います!(H29卒・東京学芸大学 教育学部)

1年時にこれをやっておけば良かった(やっておいて良かった)こと

・部活と勉強のメリハリをしっかりとつけた ・毎日の授業を大切に作る ・自分に合った睡眠時間を見つける(授業中に眠くならないように) ・生活時間を決める(何時に寝て何時に起きるか、いつ勉強をするか、等)

これらはすごく大事!!私が意識し始めたのが2年生だったので、もっと早いうちから気づけていれば良かったと思います!! (H29卒・東北大学 農学部)

■卒業生からのメッセージ4

国際医療福祉大学医学部医学科1年 Kさん

後輩のみなさん、お久しぶりです。まだ前女を卒業してから数か月しか経っていないのに不思議と高校時代がはるか昔のように感じられます。制服を着られ、無我夢中で勉強ができ、大好きな仲間と部活ができる高校時代は長いように感じられて一瞬で過ぎ去っていくので一日一日を大切に過ごしてくださいね。

皆さんの進路実現に向けて少しでもお力になればよいと思い、執筆させていただいています。今回は主に①大学紹介②現在の生活③受験勉強で心掛けていたこと（心掛ければよかったこと）を紹介したいと思います。



①私が現在通っている国際医療福祉大学医学部医学科は私立の医学部ですが少し特徴的な医学部です。1年生1学期の授業は基本的に日本語で行われますが、それ以後の授業は2年生の基礎医学終了まですべて英語で行われます。世界で医学を母国語で習う国は少数派らしく、world standardに合わせよう、グローバルに活躍できる医師を日本でも育てようというのが私の学校の基本方針です。USMLEというアメリカでの臨床資格を得られるプログラムも充実していて、現在私もそのプログラムに在籍し、世界的に活躍できる医師になれるよう新たなステージに立つことになりました。学年の7人に1人は留学生で（とても優秀）、多様性に富んでいます。年間150時間もの英語の授業があり、この授業だけTOEFLのスコアにより4つのクラスに分けられ学習します。（ちなみに私は小中とインターナショナルスクール的なものに通っていたこともあり、無事に一番上のクラスで楽しくお勉強ができています笑。）雰囲気も少し海外風で沢山のイベントがあり他では体験できないことをやらせてもらっています。

②私は学校が運営するインターナショナルハウスという国際寮に留学生と共に住んでいます。部屋は一人部屋ですが毎日朝ごはんと夜ご飯を一緒に食べ、寮内にあるスポーツジムや卓球台でともに汗を流すことで、まだ出会って一か月しか経っていませんがとても仲良くなりました。休日是一緒に旅行に行き楽しい時間を過ごしています。特に私は韓国人の友達と仲良くなり、この夏休みには韓国の実家におじゃまさせてもらう予定です〜♥。ベトナム、モンゴル、カンボジア、ラオス、ミャンマー、中国など様々な国から来ていて、自分がこの寮に入らなかつたら知ることの出来なかつた価値観や考え方、国の情勢を肌で感じる事ができ刺激的な毎日です。もちろん公用語は英語なので、英語力はメキメキ上がり、最近では母親やカラオケの店員さんに間違えて英語で喋ってしまい「ここまで来たか…。」と途方に暮れたことを覚えています笑。さらに留学生は国を代表するトップレベルの優秀な子たちなのでまだ日本に来て数か月しか経っていないのに日本の授業を理解し、それを私に英語で（時々日本語!）で教えてくれ、頭があがりません。部活は陸上部、水泳部、テニス部に所属しています。自分でもこれは入りすぎたかなと心配ですが、私の性格上、忙しいほど頑張れ、さらに高校時代に入りたかったが通学時間が長すぎたため入ることの出来なかつた運動部の日々を取り戻そうと欲張りました。やりたいことは今しかできない精神で頑張りたいです。

③模試の復習を大切にしていました。ここで抜けているところを見つけ、さらにその周辺も復習していました。あとは自分の力とかけ離れた問題集をやらないことです。私はあまり難しい問題集には手を出さず、基礎を大切にしていました。心がければよかったことは心の休憩の取り方です。一分一秒を無駄にしないように勉強しようとした結果、受験生として一番大切な冬に精神的な体調を崩しました。「休憩時間も勉強時間」だということを後輩の皆さんは心に刻んでください。くだらないと思っている漫画も、YouTubeも、運動も実は私たちに活力を与えてくれているのです。適度に勉強し、適度に休みながら頑張ってください。もしオープンキャンパスなどで私と話してみたいという方がいればぜひ担任の先生に連絡してください。皆さんの第一志望合格を心からお祈りしています。