



TSUBOTA JUKU

「塾生の人生を応援する」
そんなコンセプトで贈る塾通信

★今月のトピックス★

「夏休み・夏期講習の重要性」 「勉強時間を延ばすコツ」

皆さんこんにちは！坪田塾です。

梅雨が始まりましたね。

ジメジメした日が続きますね。

1日に中でも気温差が激しい時期なので体調をくずさないように気をつけてくださいね！

さて、今月のトピックスは2部構成です！

ぜひ、ご一読ください！



● 6月の坪田塾カレンダー ●

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	7/1

「夏休み・夏期講習の重要性」

みなさんこんにちは！赤萩校 講師の村瀬です。

新学期から2か月が経ち、もう梅雨の季節になりますね！

学生のみなさんは新しいクラスや学校に慣れてきましたか？

さて、今回は『**夏休み・夏期講習の重要さ**』についてお伝えしたいのですが、その前にみなさんは学校の年間スケジュールを把握しているでしょうか？

「今日は数学と国語を勉強する！」といった日々の細かい計画も大切ですが、一年間や二年間など長いスパンから考えて計画を立てることもかなり重要になってきます。

なぜ重要なのか、それは読んでもらえばお分かりいただけると思います。

下の表は私が通っていた神奈川県の公立中学校の年間スケジュールです。

(ホームページをみたり中学時代の友達と話をして、当時の年間スケジュールを作成しました！笑)

6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
授業参観	芸術鑑賞会 期末テスト	夏休み	体育祭	学級懇談会 中間テスト 文化祭	修学旅行	期末テスト	合唱祭	球技大会	期末テスト

スケジュールを見てもらうと一目で分かると思うのですが、

夏休みがあけると行事がかなり多い！！！！

6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
授業参観	芸術鑑賞会 期末テスト	夏休み	体育祭	学級懇談会 中間テスト 文化祭	修学旅行	期末テスト	合唱祭	球技大会	期末テスト

準備や練習などで多くの時間が必要となってくる行事もありますね。

更に、行事だけでなく学校のテストも組み込まれています。

6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
授業参観	芸術鑑賞会 期末テスト	夏休み	体育祭	学級懇談会 中間テスト 文化祭	修学旅行	期末テスト	合唱祭	球技大会	期末テスト

年間を通してスケジュールを見てみると、

秋以降は忙しく自分の時間がそこまでとれないと予想がつきます。

学校での行事やテストがいくら忙しくても、残念ながら入試の時期が変わることはありません。

センター試験は1月、大学入試は1月から3月、高校入試は2月から3月の間に行われます。

6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
授業参観	芸術鑑賞会 期末テスト	夏休み	体育祭	学級懇談会 中間テスト 文化祭	修学旅行	期末テスト	合唱祭	球技大会	期末テスト



このように年間を通して学校スケジュールを見てみると、

学校の授業も行事もない夏休みがいかに勉強するチャンスなのかと思いませんか。

6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
授業参観	芸術鑑賞会 期末テスト	夏休み	体育祭	学級懇談会 中間テスト 文化祭	修学旅行	期末テスト	合唱祭	球技大会	期末テスト



このスケジュールはあくまで私が通っていた学校のもので、一例ですので、ぜひ自分の学校スケジュールを確認してみてください。

もし、このスケジュールのように行事がたくさんあり「やばい…」と思った方、**夏休み・夏期講習**を活かしましょう！

坪田塾の夏期講習は、

7月20日～9月1日の33日間、13:00～21:00の間行われています！

夏に与えられた自由な時間をうまく使うことができれば、

これまでの苦手や勉強の不安をつぶして挽回するチャンスはいくらでもありますし

夏に勉強を頑張っておけば、夏休みあけの行事も思いっきり楽しむこともできるのではないのでしょうか！

6月後半には坪田塾の夏期講習の申し込みが始まりますので、

ぜひ自分の学校の年間スケジュールを確認して、夏の勉強について考えてみてください！

「勉強時間を延ばすコツ」

こんにちは！車道校 講師の渡辺です！

6月は雨が多い季節ですね。五月の学校のテストが終わり、

「さあ！切り替えて塾の勉強をするぞ！」と思えている人もいるかと思いますが、六月のじめじめした空気に引きずられてなかなかやる気がでない…
なんて人もいるのではないのでしょうか？

雨がすごい降ってるから
やる気がでないんだなあ。
だって人間なもの
—わたを—

って言ってる場合じゃないですね（笑）

そうこうしている間にも他の受験生たちは勉強をしているし、受験は待ってられません。
日々、真剣勝負。同じ一日は二度とこないのです。

しかしですね。
勉強時間を伸ばそうと思っていても、なかなか勉強が続かない…
そんな人もいるのではないのでしょうか？

その気持ちわかります！かく言う私もそんな生徒の一人でした。
しかし、この悩みはある考え方を持つだけで意外にも解決するのです。

では本日は、受験生時代に一日の勉強時間が0時間だった私が
どうやって14時間まで増やすことができたのか？そのコツをお伝えしたいと思います。

まず初めに、勉強を続けるために

集中力をあげるトレーニングをしよう

とか

これからゲームや Youtube は封印しよう

とか

思わないことが大切です。

.....

いやいや！！

集中力をあげたら勉強時間はのびるでしょ！！

遊びの誘惑も断ったほうがいいじゃん！！

と思う方もいるかもしれませんがね。

確かにそれは正論です。

しかしですね。

集中力を上げるトレーニングをする効果っていつ頃表れるのでしょうか？

ゲームなどの誘惑に関しても

結局、誘惑を断っても新しい誘惑が生まれたり、あるいは空いた時間を勉強に充てるのではなくて結局は別の事（特に睡眠っていうケースが多いです（笑））をしてしまった経験はありませんか？

つまり、人間って変わろうと思ってもなかなか変わらないですよ。

変われたとしても、変わるまでにすごく時間がかかったりします。

でも、受験って自分が変わるのを待ってくれますか？

そんなことありませんよね。

だから、早く成果を出したいときに心がけると良い事は

自分が変わろうとするのではなくて

自分の身の回りの環境を変えた方が圧倒的に効率が良いです。

ですので、勉強がなかなか続かないという時は

勉強をしざるを得ない環境を整えることが効果的です。

家で勉強ができないというのなら、図書館やカフェで勉強するのもアリですし、

そもそも家から出るのが嫌であるなら、

気分を変えてリビング（親の目がつくところ）で勉強しても良いですし、

そもそも勉強が始まらないのなら、

似たような悩みをもっている友達を探して、外で勉強する約束をしても良いと思います。

大事なのは、何故自分は勉強が続かないのかの**原因**を考えて、

その**解決案**をしざるを得ない環境を整えることです。

自分が変わるのではなく、身の回りの環境を変えるという事はそういうことです。

ちなみに自分のおすすめは

これからやることを自分を監督してくれる人や近い人に宣言することです。

「慶応大学に絶対受かります！！」とか

実際に他の人に言うことでやるっきゃない環境をつくりあげると

モチベーションアップにもつながりますよ！

また、遊びなども誘惑に関しても、いきなり0時間にすることは無理です。

それは皆さんも良くご存じなのではないでしょうか？

なので、無くすのではなくてうまく付き合っていくことが大切です。

こんな話をきいたことありませんか？

仕事が一流の人は手の抜き方も一流と。

いくら受験生とはいえ、ずうううううと勉強し続けることってできるのでしょうか？

実際はうまくいきません。ましてや遊びの誘惑があるなら尚更です。

なので、遊びと勉強を無理に引きはがそうと考えるのではなくて、

両立することでうまくいくことがあると思います。

例えば、今日のチェックテストの合格率が100%を超えたら、自分の好きな

ゲームを1時間するぞ！とか

自分の努力の「ご褒美」として娯楽を取り入れるのならば、モチベーションアップにもなります。

しかも、周りのみんなはゲームは断ち切らなきゃと思っているので、

もしあなたがこれを実践できれば、

なぜかゲームもしてるのにめっちゃ成績が良い人間になれるわけです。

どうですか？

これってメチャクチャ面白くないですか？（笑）

いかがでしたか？

実際に私は受験時代にこれを実践して変わることが出来ました。

これを読んで参考になったという生徒が一人でもいてくれたらうれしいです。

それではまた塾でお会いしましょう！

皆さんが元気な姿で塾に来てくれることを楽しみにしてまーす！