

2月に入り、いよいよ本格的に高校受験・大学受験のシーズンとなりました。毎日寒い日が続きますが、しっかり体調管理を行い、入試本番に100%の力を出し切れるように準備をしてください。

4月から受験生になる皆さんも、受験モードに切り替え始めていますか？受験勉強のスタートは早ければ早いほど有利になり、推薦入試など受験方法の選択肢も広がります。スクール・ワンの先生と相談しながら、情報収集をはじめましょう。

がんばれ
受験生！

これまでの勉強の成果を入試本番で十分に発揮できるよう、準備は万端に！

入試当日はゆとりを持って行動しよう

CHECK① 出発前に

- 早めに起床して、ゆっくりと食事をとる
- トイレを済ませておく
- 持ち物を再度確認する

CHECK② 試験会場に到着したら

- 張り紙などを確認し、案内に従う
(わからない場合は、すぐに係の人に聞きましょう)

CHECK③ 試験開始！

- 問題を解く際の注意
「問題文をよく読む」「設問の指示を守る」「読みやすい字を書く」こと！
- 見直しをする「名前・受験番号が書いてあるか」「解答欄がずれていないか」「計算ミスや記入ミスがないか」見直しすること！



事前に
確認を!!

マスクの着用など、受験会場によって注意事項が異なる場合があります。

受験校の募集要項やHPなどで、必ず最新の情報を確認してください。



どうする？
こんな時??

■試験時間に遅れそう！
⇒学校の先生に
連絡・相談！

■受験票がない！
⇒試験会場の係の人に
申し出ましょう！

■会場が暑すぎる・寒すぎる、鉛筆や消しゴムを
落とじたなど、何かに困った場合
⇒試験監督の先生に遠慮なく伝えましょう！

保護者の皆さまへ

<2023年度 保護者アンケートのご案内>

1月10日(水)よりアンケートを実施いたします。

より良い教室運営の参考にさせていただきたいと存じますので、ぜひ率直なご意見をおきかせください。頂戴いたしましたご意見・ご要望は、できるだけ早期に対応させていただいておりますが、内容によっては時間を要する場合もございます。何卒ご了承ください。

なお回答期限は2月29日(木)までとなります。

WEB 回答フォーム



*お子さま、おひとりおひとりについてご回答いただきたい項目がございますので、兄弟姉妹でお通いいただいている場合も、おひとりにつきそれぞれでご回答ください。

*アンケートでご回答いただいた内容は、受講概要に記載の「京進グループ 個人情報保護方針」に掲げた目的以外に利用することはございません。

教えて！池谷先生！

『脳科学に基づく学習法』

学習の心構え その⑥～⑨

『脳科学に基づく
学習法14ヶ条』
を、順番にご紹介！



6 失敗は成功のもと



記憶は、失敗の繰り返しで強化されます。失敗や間違いから目をそらさず、根気よく取り組み、「努力の継続」ができる人になりましょう。

シッパイ
シテモ
インダ

7 暗記するなら「就寝前」!

「就寝前の1～2時間」は暗記科目を中心に勉強してみましょう。私たちが眠っている間、身体は休息していますが、脳は知識を整理整頓して記憶に変換しているのです！（レミニセンス現象）



8 記憶力は「食事前」に高まる

人は進化の過程で、生命の維持のために「記憶」という能力を培ってきました。「おなかがかすいている状態」は脳が危機感を感じ、記憶力が高まっている環境なのです。

食後の
満腹時には
気分転換を

タバハマエ
オボエル



9 暗記は、「五感」を使うとさらによい

五感（視覚・聴覚・触覚・嗅覚・味覚）を活用すると、脳の中の記憶をつかさどる「海馬」が刺激されます。暗記をする時は、手を動かしたり声を出しながら覚えると効果的！



コエニダシテ
オボエル

ウィ

声に出したり
手を動かして
効率アップ

池谷先生の
脳科学。



東京大学教授
脳研究者
池谷裕二博士

成績の上がる特別な学習法はありません。しかし**脳の仕組みに基づいた、効率的な学習法**はあります。脳科学に基づく学習法のコツを身につけ、目標を達成しましょう。

『新・情報7DAYS ニュースキャスター』出演中！！
(土曜 22時～)

次月号では、
その⑩～⑭を
ご紹介！

一緒に
成績アップを
目指そう！



脳科学に基づく学習法 14ヶ条

<学習の心構え>

- その①: 「やり始める」から「やる気」になる
- その②: 目標を強くイメージすれば行動が変わる
- その③: 「望ましい困難」が学力を高める
- その④: スモールステップ法で達成体験を積み重ねる
- その⑤: まずは得意な科目を伸ばす
- その⑥: 失敗は成功のもと
- その⑦: 就寝前は記憶のゴールデンアワー

- その⑧: 記憶力は食事前に高まる
 - その⑨: 五感を使って暗記する
 - その⑩: 脳は入力よりも出力を重要視する
 - その⑪: 繰り返しの復習が記憶を定着させる
 - その⑫: コツコツ学習は一夜漬けに勝る
 - その⑬: いろいろな単元を混ぜて学習する
 - その⑭: 様々なバリエーションで学習する
- ※詳しくはリーチング学習手帳でご確認ください！
(小中学生版は p11～p15、高校生版は p3～p5)