



スタディ・サポートを終えて

スタディ・サポートとは

スタディ・サポートが返却されました。この試験は「学習到達度」に重きが置かれている試験で、試験前、春休みの宿題として配布した「スタディ・チャージ」、今回の試験、返却後の試験とともに綴じ込んである「弱点課題」、高校の学習についてまとめてある「スタディ・ナビゲーター」という構成になっています。

したがっていわゆる全国偏差ではなく、「GTZ」と略される「学習到達ゾーン」で結果を示しています。学内の平均点、GTZの人数は以下の通りです。

平均正解率	校内	自分
国語	68.0	
数学	65.2	
英語	78.7	
国数英	70.6	

平均点は、本校他学年の実績との比較では、非常に堅調であり、特に1組～4組の平均点については学習の定着がうかがえます。だからといって5組～7組の出来が悪いわけではありませんので、スタートとしてはまずまずの結果だといえます。

平均GTZはA2でした。

GTZ	校内人数	累積	国公立理系	私立理系	国公立文系	私立文系
S1	12	12	東大、京大理、国立医学部	慶応医、自治医大	東大	慶応法
S2	17	29	東工大、京大工、国立薬	慶応薬、上位医学部	京大、一橋大、帝大法学部	早稲田、慶応、中央法、上智
S3	30	59	旧帝大系	早稲田先進理工、慶応理工、上位獣医	旧帝大、筑波大国際	明治、青山、立教、学習院など
A1	43	102	筑波、千葉、横浜国立、首都大など	上智、早稲田基幹理工、早稲田創造理工東京理科薬	帝大文、千葉、お茶の水、筑波、横浜国立	法政、中央、成蹊など
A2	58	160	農工大、海洋大、埼玉大	東京理科大、立教理	埼玉大など	成城、明治学院など
A3	73	233	電気通信、地方大	明治、青山、中央	茨城大など	日大など
B1	33	266	茨城大など	学習院、法政など	地方大	駒沢、専修、東洋など

ベネッセが作った表を基に単純化

上記の表については、必ずしも妥当性があるかはわかりませんが、今後の自分の目標設定のためには一定の基準となるでしょう。感覚としては、理系大学はもう少し厳しいと思われる。すなわち、文系のS1は確かに難しいのですが、文系のS1は広くなりすぎていて、

文系のS2が理系のS3かA1ぐらいと釣り合う感覚です。逆にいえば文系に対して甘めに
 でている印象です。

表の精度がこの程度ですから、このGTZはあくまでも目安であると考えてください。「今、
 このゾーンにいないければ合格しない」というものでも、「今、このゾーンにいるから大丈夫」
 というものでもありません。そして、高校の学習が0である時点でこの試験を受けたことを
 考えれば、これから、まさに「学習到達」が変わるわけです。また、今回は比較的基礎的な
 問題を選択肢で選ぶ問題ですので、応用や記述問題への対応力も加味されていません。それ
 ぞれのランクの境目についてはみなさんの手元の資料にありますので、今後の理解度の目安
 にしてください。

A層とD層の違い

スタディ・サポートでは、さまざまなアンケート項目を通じて、学習習慣や学習について
 の意識の調査をしています。それでは、上位20%A層と下位20%D層で傾向の違いのあ
 った項目を見ていきましょう。

中学時の勉強時間(%)

平日の勉強時間	校内	全国	A層	B層	C層	D層	国立 MARCH	難関大
ほとんどしなかった	25.5	26.0	21.7	25.3	27.6	27.1	25.6	26.1
30分	21.4	14.9	20.0	14.9	27.6	22.0	13.4	13.8
1時間	28.6	21.2	28.3	31.0	19.5	39.0	25.3	25.5
1時間30分	8.8	12.2	10.0	8.0	11.5	5.1	8.1	7.8
2時間	9.2	15.5	11.7	14.9	5.7	3.4	19.0	17.8
3時間	4.1	6.8	6.7	2.3	4.6	3.4	5.8	5.9
4時間以上	2.1	2.3	1.7	3.4	2.3	0.0	3.7	3.4

平日の勉強時間をあげました。難関大学合格者は約2時間の学習が定着しているようです。
 校内平均と比べてみると、やや足りないことが見て取れます。特に興味深いのはD層でも1
 時間程度の学習量があることです。A層とD層の差はその意味では1時間を超える学習をコ
 ンスタントに確保するかどうかで生まれているのかもしれませんが、しかし、クラブ活動で遅
 くなる高校生では、2時間の学習時間を確保するためには、登下校中、朝などの「スキマ時
 間」の活用が重要となります。休日は2時間から3時間の学習が最低ラインのようです。

就寝時間(%)

就寝時間	校内	A層	B層	C層	D層	国立 MARCH	難関大
21時00分	1.0	0.0	2.3	1.1	0.0	0.7	1.0
22時00分	5.4	6.7	5.7	5.7	3.4	7.8	9.8
23時00分	38.4	50.0	46.0	28.7	28.8	34.7	35.4
24時00分	39.5	25.0	33.3	48.3	50.8	37.9	36.6
1時00分	10.2	10.0	5.7	13.8	11.9	14.7	13.7

就寝時間では、非常に興味深い数字がでました。A層B層は学習時間を確保しながらも、
 23時就寝が半数を占めます。それに対し、C層、D層では、24時就寝が約半数になりま
 す。学習時間では大きな差はないとはいえ、上位層はやや勉強量が多い結果でしたが、それ
 でも上位層が早く寝るようです。この就寝時間1時間の差が大きな分かれ目になっているよ

うです。高校になり、体力もつき、やらなければいけない学習も増えますから、この数字は少しずつ遅くなってはいくでしょうが、現時点で基準となるのが「23時」という就寝時間のようです。

学習以外の自宅での過ごし方(%)

学習以外の過ごし方	校内	A層	B層	C層	D層
テレビやDVDなどを見る	32.0	31.7	28.7	37.9	27.1
音楽やラジオを聴く	12.9	13.3	13.8	11.5	13.6
テレビゲームなどの室内ゲームをする	8.8	1.7	8.0	11.5	13.6
本を読む(マンガや雑誌)	6.1	6.7	8.0	5.7	3.4
本を読む(マンガや雑誌以外)	4.4	5.0	4.6	2.3	6.8
パソコンに向かっている	16.3	18.3	17.2	12.6	18.6
携帯電話を使っている	6.1	6.7	6.9	5.7	5.1
家の手伝い、家族との団らん	2.0	3.3	0.0	2.3	3.4
何もしないでのんびりする	7.1	11.7	6.9	5.7	5.1
スポーツ・運動をする	0.7	1.7	0.0	1.1	0.0
その他	3.4	0.0	5.7	3.4	3.4

それでは、学習時間以外でどう過ごしているのかをチェックしてみると、ほとんどの項目で層別に違いがない中で、大きな違いを見せているのが、テレビゲームです。A層にはほとんどテレビゲームをするものがない、逆に言えば、テレビゲームをしている者の中に上位者はいないとも言える結果です。その分、A層で突出するのが「何もしない」。すなわち、頭を休ませる、リラックスする、明日に備えて休養をとるとというのが大事なことなのです。テレビゲームを疲れるまでやる、特に就寝時間が24時に近づくような中では成績に響くのかもしれません。

テレビゲームは、短時間であれば脳の休養になります。しかし、脳科学の中で次のことが挙げられて

ています。

- (1) 短時間におさえ、あくまでも休むために行うこと
- (2) 短時間であってもテレビゲームのあとは学習する脳に戻らないこと。つまり、ゲームのあとに勉強する気分にはならないし、しても効果が薄いこと。

先ほどの就寝時間の1時間差を考えてみても、ゲームとの付き合い方は成績をわけそうです。

起床時間(%)

起床時間(平日)	校内	A層	B層	C層	D層	国立MARCH	難関大
4時30分	1.0	3.3	0.0	1.1	0.0	0.2	0.2
5時00分	1.0	0.0	0.0	2.3	1.7	0.5	0.6
5時30分	5.8	5.0	6.9	4.6	6.8	1.2	1.7
6時00分	34.7	48.3	28.7	31.0	35.6	8.9	8.6
6時30分	24.5	23.3	26.4	25.3	20.3	23.6	22.0
7時00分	20.1	11.7	26.4	16.1	25.4	43.0	41.0
7時30分	12.6	6.7	11.5	19.5	10.2	20.8	23.1
8時00分	0.3	1.7	0.0	0.0	0.0	2.1	3.0

中学時代に私立か公立かで朝の出発時間は変わりますから、難関大合格レベルと比較することはあまり意味がないでしょう。しかしながら、A層の約半数が6時起床であるのに対し、D層では7時起床が25%いるのが特徴的です。先ほどの就寝時間の1時間差を考えると、その時間がここに当てはまります。しかもB層では7時という生徒がまだ26%も残っており、朝の準備時間の不足が、授業に対する心と物の準備不足を生み、結果として成績に影響

するのではないかという仮説も成り立ちそうです。

脳科学の一つの説では、朝食後2時間経過するあたりがもっとも脳の働きのあるゴールデンタイムなのだそうです。もし、起床時間が遅れた結果、朝食をおろそかにするとすれば、脳の糖分が不足し（脳が働きには糖分が必要です。）集中力を失うでしょう。しかも、原因がゲームなので疲れているとすれば、授業中の居眠りなどにもつながっているはずです。このあたりの生活習慣は非常に重要だといえるでしょう。

ここまでのまとめ

何よりも授業中の集中力を高めるコンディショニング作りを！

- 1 学習の時間を固定しよう。特にスキマ時間を活用して2時間確保へ！！
- 2 就寝時間は23時を目標に！短時間で集中した学習を！眠ければ寝る！
- 3 テレビゲームは勉強のあと。短時間におさえよう。脳が休むことが重要！！
- 4 朝は早く起きてスキマ時間を作ろう！朝食は必ず食べることに！

保護者の方へのお願い

規則正しい睡眠・食生活をお願いします。

- 1 就寝時間、起床時間のコントロールを！だらだら勉強するなら寝かせて朝型に！
- 2 朝食をしっかりと食べられる起床時間、朝食を欠かさないようにご協力ください。

「今後の学習時間」の質問に対しては、A層からD層まで差はないようです。すなわち、「みんなにやる気がある」ということです。まずは「学習時間」や「学習方法」よりも、「生活習慣」に保護者の方の力点を置いてください。「学習方法」は学校でも語りかけていきます。「学習方法」を知り、「やる気」があり（今はやる気があるのです！）「生活習慣」の改善により時間が生まれれば、成果となって現れるはず。保護者の方には是非、最後の生活改善にご協力願います。



学習関連

それ以外の学習項目では、質問項目を見れば、どういう学習がA層、D層の差を生むかは一目瞭然です。各自で学習の改善を図ってください。ここでは、数字では気がつきにくいもの、意外なものをあげておきます。

「塾の学習を中心にした」という回答の分析

「自宅学習」についての質問項目です。「宿題のみ」「予習中心」などの答えに「塾中心」というものがありました。（塾に通っているかどうかではありません。）塾に通っている率の低い1組から4組では、「塾中心」の答えは0に近く、5組～7組だけでこの数字が目立つのですが、ここでは塾の是非でなく、教科の特性を分析しました。

国語では、塾中心と答えたA層は9.7%、D層では27.9%となっています。これは、国語という科目が、問題を解き、答えがあっているかどうかではなく、答えを導くプロセス、あるいは文章で語られる概念理解、もっとわかりやすく言えば、先生の説明にこそ成績上昇のヒントがあるということです。

それに対し、数学では、塾中心と答えたA層が32.2%、D層が6.9%と、まるで逆の数字になります。数学では、基本的な説明を理解したあと、いかに一人で問題と向き合うか、いろいろな問題をこなすかが重要だということです。もちろん、先生の説明がいらぬということでもなく、ひとりで問題に向かう演習の時間をどれだけ増やすかが重要だと言えるでしょう。言い方を換えれば、授業と宿題や復習だけ（こう答えた層がD層では34.5%と最も多く、宿題と試験前だけが次に多く27.6%です。A層はそれぞれ15.3%、

20.3%です)は圧倒的に足りないということです。しかも宿題のように全員に与えられたものでなく、自分にあったレベルで、自分で解くことが大事なのでしょう。



しかし、実は数学だけでなく、高校では理科も「演習型」の科目であるのです。すなわち、理科も数学のように定期的な問題演習の「量」と「質」が成績を決めていきます。また、講義型、理解型の現代文でさえ一定の「問題演習」が必要となります。このあたりの「演習」時間を確保することを考えると、自主学習の「量」と「質」が問われるのが高校なのです。

「学習方法がわからない」という回答について
D層では、どの教科でも学習方法がわからないという回答が目立ちました。一見、当然のように見える回答ですが、次の2点に気付かされます。

(1) やる気はあるのだということ。

前に省略されているのは、「やる気はあるけれど」とあり、「やる気はあるけれど」「学習方法がわからない」と主張していると考えられます。実際、「今後の学習時間」についてはA層とかわらない「やる気」を見せています。

(2) 学習方法はたくさん説明されていること。

この試験と一緒に配られた「スタディ・ナビゲーター」、本校で配布している「学習の手引」、そして何より授業では、予習の仕方や復習方法、ノートの作り方まで説明されているはずです。にもかかわらず、なぜこの回答が多いのかは不思議なところです。

以上をまとめると、「やる気はある」が、「説明されている学習方法はやっていない」といういささか不思議な傾向が浮かびあがります。とすれば、実は「やらなければいけないことは分かっているが、そもそも何を使ってどうやっていいかが分からないので、行動にうつせない」ということなのではないかと思えます。たとえば、「英語で自分なりの訳を考えなさい」と言われれば、「分からないから、訳を作れない。だからどうやっていいかわからない」=「学習方法が分からない」となるのではないのでしょうか。とすれば、具体的な一歩目を踏み出すこと、具現化が不可欠です。「訳が分からない」というためには、「ノートに本文を書く、コピーを貼る」ことが重要です。そして「訳を横に書く」という作業をすべきです。そして「分からない」なら分からない文に印をつけておき、できれば板書の部分にあらかじめその文を書いておくことも重要でしょう。そして「授業で分からないところを書く」ということになるでしょう。その際、理由が何かを書いておくことも重要でしょう。次に「それらを覚えなおす、理解する」という作業になるはずです。最後に「本当に覚えたかチェックする」こともあるはずです。

実は「自分の訳を考える」程度のことでこれだけの具体的なプロセスがあるのです。自分が「わからない」のは、「ああ、 をやっていないんだ」とか「 をさぼってるな」という形にしなければいけないのです。その意味では、実は学習方法の問題ではなく、「自分のやるべきことが具現化されているか否かの問題」だと言えるはずです。

そうしたことを具体的にしていくのが目標達成シートなのです。

目標達成シート・手帳・ノックシート

30期では、定期試験、模擬試験に向けてそれぞれ「目標達成シート」を作成しております。最初のうちは書くことが大変だったり、書けなかったりするでしょう。書けないのは簡単な理由です。やることが分からない、つまり、具現化できないのです。たとえば、国語の勉強といった時に「復習」と書いても、その復習で「何を」「どう」「どのくらい」やるのかが決まっていないのです。したがって、「勉強をした」というのは「勉強をしなくちゃと思った時

間」で表すしかないのです。書けるようになる人というのは、何をどうするのが決まっています。だから、「言葉」になるのです。言い方を換えれば、このシートを書けるようにすることが第一歩、そして、それを実行に移すのが次の作業、そして、その問題点を分析し、修正していくのが第三の作業になります。

というわけで、このシートは 2 週間ごとに書き直すようにしてください。さらに、「やると決めたことを手帳に落とし込む」作業が生まれます。

つまり、やることが具体的になれば、手帳に「やるべきこと」として記載できるはずですが、そうすれば今日やったかどうかをチェックできるようになります。簡単なようですが、とても難しい作業です。これができはじめた時点で、あなたは成功をつかんだも同然です。目標を定め、やることが決まり、それをやる手立てを知っているわけですから。



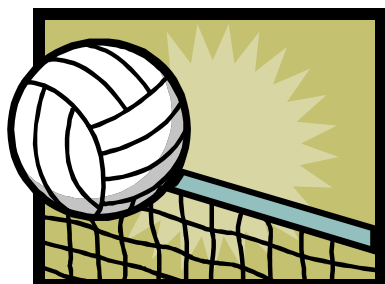
手帳はただのスケジュール管理ではありません。毎朝、「今日やるべきこと」をチェックし、いつ何をやるのかのイメージを持つ。授業中、常にやることや思いついたことを書き留めていく。寝る前には今日やるべきことをやったかどうかをチェックする。明後日以降の予定を確認して、明日やるべきことを記入する。というサイクルになるのです。特に重要なのは、ここが「明日の予定を確認する」では、寝る直前に「明日小テストだ」となってしまうことです。その意味でも手帳は「日誌」に近くなるのです。

しかし、こうしたことを毎日、繰り返すのは実に大変です。これを習慣化する手立てが「ノックシート」です。毎日必ず、やることをノックシートに書き出し、毎日寝る前に をつけ、 の数を記入するだけです。こんな単純なことを千本ノックのように繰り返すといちいち意識しなくても習慣化するようになります。そうすれば、ひとつずつ夢、目標に近づいていくのが実感できるはずですが。

保護者の方へのお願い

- 1 目標達成シートのコピーをご家庭に掲示してください。目立つところが好ましいです。
- 2 手帳の購入費は出してあげてください。
- 3 ノックシートは携帯しても、家に貼ってもいいとしています。掲示するといった場合、目立つところが嬉しいです。

球技大会終わる！



高校入学後の初めての行事、球技大会が終わりました。十分に楽しみながらも、2、3年生の「なぜこんなにムキになるんだ！」というほどの勢いと、応援一つにしても全体ににじみ出る団結感に圧倒され、少々うらやましく思ったというのが正直な本音ではないでしょうか。まして、大半のクラスは2日目の午前中にほぼ敗退し、応援もいけるはずなのになぜか少ない、なんていう風景であったように思います。素直に応援すればよかった、なんていう悔いも残りそうです。悔しい、羨ましいという気持ちを、続く

文化祭、合唱祭、そして来年の球技大会にぶつけてくれればと思います。そんな中で、活躍したチームを紹介します。

- 1年6組男子バレー優勝
- 1年2組女子卓球準優勝
- 1年7組女子バレー準優勝
- 1年6組テニス3位

1年3組男子卓球4位

1年5組テニス4位

特に、1年6組の男子バレーボールは、3年生を破っての優勝だということです。また、来年もがんばりましょう！

坂東ウォークに向けて

坂東ウォークに向けて、さまざまな準備が進んでいます。1日目は中心とも言えるウォークラリーとなります。1組から7組の生徒が一つのグループとなり、協力して20kmを歩きます。このグループは、家庭科のプログラム「出会いのとき」を経て作られています。こちらが与えた地図や情報を基に、自分達で区間ごとに設定タイムを決め、それに近いチームを表彰します。早いチームが勝つのではなく、自分達の設定した時間に近いチームが勝ちとなります。さて、どんな力が必要でしょうか。

まず、自分の情報を的確に伝えなければいけません。体力はあるのか、持久走のタイムはどうか、どうすれば自分の情報をほぼ初対面の相手に伝えられるでしょうか。

歩くスピードはどうとらえればいいでしょうか。何をどう調べれば、歩くスピードがわかるでしょうか。

地図はどう読めばいいでしょうか。おおよそでいいのでしょうか、それとも厳密に調べるのでしょうか。

時間を計る方法はないでしょうか。もちろん、時計に類するものは反則ですが、自然現象や社会現象から時間の手がかりは得られないでしょうか。

こうしたことをチームで協力して考える必要があります。自分のことを伝え、人の意見を聴き、調整する。課題を見つけ、分担し、まとめあげる。こうした作業をコミュニケーション力と呼ぶのです。優勝目指して作戦を立ててください。

また、この日にはチームのコミュニケーション力を試すしかけも行います。夜には、太鼓を聴くだけでなく、こうしたプログラムも実施します。

2日目はクラスごとの企画で、クラスの連帯を高めます。地引網、醤油工場見学、魚さばき、銚子チヂミ体験という中で、クラスごとに動きます。

以上のプログラムのもと、1年生のスタートとしてよき仲間となりましょう。



未知の世界を切り開き、社会に貢献する、自立した「人財」へ

目標とする人間像

「気づき」のある人間 「聞く姿勢」を持つ人間 「学び続ける」人間

身につけるべき力

目標から「逆算」する力

やるべきことを「具現化」する力

他者を「理解」し、「理解される」力

夢実現のための十則

- 夢を持て。ない夢はかなわぬ。目標なく一生懸命やることに酔うな。
- やることを与えられるな。自分のために創り出し、形にして期限を決めよ。
- 他人と関われ。他人を理解しようとしろ。他人に理解される努力をしろ。
- 挨拶をせよ。人に気付き、人に気付いてもらえる。
- 毎日他人に奉仕しろ。心がきれいなら他人も応援してくれる。
- 話を聞く姿勢を作れ。聞く人には教えたくなる。助けたくなる。
- 書け。何度でも書き直せ。書かないことは考えていないこと。
- 自分と戦え。自分は見ている。人と戦うな。気にするな。自分が変われ。
- 大事なことは最初にやれ。優先順位を考える。タイミングを逃すな。
- 成功を繰り返し、失敗を繰り返さぬよう分析しろ。原因を五回さかのぼれ。

さて、今回は、スタディ・サポートの分析から、生活習慣の改善、手帳の利用、坂東ウォークに向けての取り組みなどについて説明しました。これらの取り組みは、学年目標や夢実現のための十則などで触れていることと、当然のことながら同じことです。

4月の当初は、特にコミュニケーション力が問われるように感じますが、自分のイメージや役割が決まったように感じるこれからの方が、むしろ自分のことを正確に伝えるのが難しくなります。いつの間にやら、周りの目によって身動きのとれない自分に気がつくこともあるでしょうし、「分かってもらえる」という安心感の中で自分を伝える努力も怠るようになるでしょう。坂東ウォークでは、是非、コミュニケーションを意識して、取り組んでほしいと思います。

と同時に、具現化、書くこと、聞くことといった学年目標を意識して、3年間のスタートをよりよいものにしてください。

今後の予定

- 5月 2日(土) スポーツテスト(授業なし)
- 7日(木) 教育実習開始
- 9日(土) 平常授業
- 12日(火) 平常授業・避難訓練
- 14日(木) 40分授業日
- 15日(金) 平常授業・生徒総会
- 16日(土) 平常授業
- 18日(月) 水曜時間割
- 19日(火) 20日(水) 坂東ウォーク
- 21日(木) 自宅学習
- 23日(土) 授業なし
- 6月 3日(水) 中間試験 ~ 6月6日(土)

