



2017年も残すところあと10日余りとなりました。1年生普通科は1組での文理選択を、2組でのコース選択を、専門科は進学か就職かを見定める時期、2年生は行事ごと終わり、進路への本格始動の時、3年生は最後の決戦「大学入試」が始まろうとしています。



## ① 「偏差値」の話

…さて、普通科は各学年、11月進研模試の結果が返ってきたことと思います。結果の中で、やはり一番気になってしまうのは「偏差値」や「順位」。

勉強しているのになかなか伸びてくれない。そもそも偏差値って何なのか？上がるのならあの人よりも上位に行きたい。ではどうすれば着実に、偏差値や順位を効率よく上げることができるのか…。

普通科に限らず、学生としてこれからも勉強で人生を切り開いていく皆さんとしては、こういったことはとても気になることだと思います。

そんな皆さんの疑問を解くヒントとして、裏面の2択の質問を用意してみました。まずは回答してみましょう。

～裏面へ～

…どうでしたか？

みなさんに取り組んでもらった30問の2択は、

『偏差値60以上のできる子の習慣、  
50以下のできない子の習慣』

(河合塾新宿校 校舎長 齊藤淳一 著)

という本を参考にしたアンケートです。

齊藤さんは年間一万人以上の受験生と話をしていく中で「偏差値60以上の生徒と偏差値50以下の生徒には、勉強法や考え方、時間の使い方などといった、毎日の『習慣』に大きな違いがある」ということに気付いたそうです。

もうお気づきだと思いますのでどちらがどちらなのか答えは明かませんが、裏面の右列と左列は、それぞれ60以上と50以下の人の「勉強への取り組み方」や「毎日の習慣」、そして、「進路のとらえ方」なのだそうです。

## ② 「習慣」を変えるために

さて、話を初めに戻します。

偏差値というのは、ただ「頑張る！」だけではなかなか上がりません。ならば、まずは偏差値60以上の人の行動を真似してみてくださいはどうか？

…とはいうものの、いきなり全ての習慣を改善する、というのは難しいですね。習慣を変えるためには、少しコツがいります。

こんな言葉を聞いたことはありませんか？

心が変われば行動が変わる  
行動が変われば『習慣』が変わる  
『習慣』が変われば人格が変わる  
人格が変われば運命が変わる  
運命が変われば〇〇が変わる



あなたの『習慣』が変わると、最終的にあなたの〇〇が変わるわけですが（〇〇が何なのかは自分で考えてみましょう）、習慣を変えるために必要な原動力とは何か。

— それは、行動と心です。

勉強で人生を切り開いていこうと心に決め、進学の道を選んだ皆さんにとっては、そう決めたからには「あなたはもう、勉強で戦っていくしかない」わけです。ですから、勉強することに背中を向けるなんてもったいない！「今」という、大切な大切な時間の無駄遣いです。行動を起こすのは「今」です。明日ではない。

10年後、40年後の自分から、  
「あの時頑張ってくれてありがどうね」と、褒めてもらえるような今を生きるのも、ちょっと疲れますが、そんなに嫌なことではないはずですよ。

3年生の皆さんの中には、これから大きな戦いに挑もうとしている人たちがおります。これからがいよいよ「伸び代タイム」突入です。お世話になった方々への感謝を忘れなければ、問題用紙をめくるその瞬間まであなたの成長は止まりません。

ただ、もしふと本番への不安がよぎった際には、ともに戦う仲間の「いいところ」をぜひ真似してみてください。

きっと、あなたの背中を強く支えてくれるはずです。

## あなたはどっちの「習慣」派？

～質問ごとに、左右どちらかに「○」をつけてみよう～

|    |                       |                         |
|----|-----------------------|-------------------------|
| 1  | 暗記よりも理解して使えることを優先する   | 暗記することが学力だと信じる          |
| 2  | たとえ話や比喻表現を理解する        | たとえ話や比喻表現は面倒            |
| 3  | 何かを聞いたら質問事項を整理する      | 分からないことを質問しようとは思っていない   |
| 4  | 科目や教科の選択で有利か不利かは気にしない | 科目や教科の選択で有利か不利かを気にする    |
| 5  | 記号問題が好き               | 記述の問題は嫌い                |
| 6  | 国語は知っている言語量があるの言う     | 国語はフィーリング               |
| 7  | 数学は入試に出なくても「初歩」が大切    | 数学はひらめきと思考力             |
| 8  | 英語は見て読んで書いて…五感で覚えて使う  | 英語は単語と熟語と文法の暗記          |
| 9  | 地歴公民は「なぜ？どうして？」を自分に聞く | 地歴公民はほとんど暗記             |
| 10 | 理科は問題文の意味を読み取る力が大事    | 理科は定理や公式を頭に入れるだけ        |
| 11 | 過去問は早めに見て繰り返し練習       | 過去問は本番直前まで取っておく         |
| 12 | 授業は分かっているところも必ずきちんと聞く | 分かっている授業の時は、聞かずに内職      |
| 13 | ノートを取り「活用」している        | ノートを取らない。もしくは、些細なことでも書く |
| 14 | 授業を受ける環境や人数はあまり気にしない  | 大人数の授業は嫌。もしくは、個別指導は苦手   |
| 15 | 講演会や特別講義を活用する         | 講演会や特別講義はちょっと面倒         |
| 16 | 授業時間中は頭の中で試験の模擬練習     | 授業時間中は先生次第で面白さが変わる      |
| 17 | 書類やアンケートの提出が早い        | 書類やアンケートに時間がかかる。もしくは、適当 |
| 18 | ストレスは多少あって当然だ         | ストレスがあるから自分の勉強ができない     |
| 19 | 頑張るのは成長のため。結果は後についてくる | 自分の頑張りは誰かが見ているはず        |
| 20 | 部活や勝負ごとでの「負け」を受け入れる   | 部活や勝負ごとでの「負け」を引きずる      |
| 21 | 適度に運動する               | 運動と勉強は無関係               |
| 22 | 計画は柔軟に変更する            | 計画は頑なに守ろうとする            |
| 23 | 時間は使い方が大事             | 時間をかければかけるほど学力は上がる      |
| 24 | 切れ目のいいところで作業や勉強をやめない  | 切れ目のいいところまで作業や勉強をやりきる   |
| 25 | 一日の行動がルーティンとして決まっている  | 一日の行動の順番や中身はその日次第       |
| 26 | 志望大学・学部・学科が決まっている     | 志望大学・学部・学科がなかなか決まらない    |
| 27 | 第一志望の入試と入学した自分を具体的に想像 | 第一志望とはあこがれの学校のことである     |
| 28 | 試験の出題者から、何かのメッセージを感じる | 試験問題には相性があるので、ハマれば高得点   |
| 29 | 推薦入試はチャンスを増やすためのもの    | 推薦入試は一般入試から逃げるためのもの     |
| 30 | 志望の理由が明確              | 志望の理由が何となくボンヤリ          |

\* 終わったら表面に戻りましょう

「努力したものが全て報われるとは限らん  
しかし…  
成功したものは皆すべからく努力しておる！！」

### 進学関係の試験情報

1/13(土)14(日)…センター試験  
1/20(土)…1年進研模試  
1/20(土)21(日)…2年進研模試  
2/3(土)4(日)…2年進研マーク模試



週刊少年マガジン『はじめの一步』より

世界王者に挑むボクサーに向けたジムの会長の言葉は私たちに努力の大切さを教えてくれます。