

ACE Academy 直前講義

<直前期の過ごし方>

**全てを習得しようとせず、残りの期間で習得する分野を絞り、確実に習得すること**

直前期は不安になるためあれこれと手を出したい衝動に駆られますが、どっちつかずになってしまうためよくありません。

たとえ1日でも、やることを決めて確実に習得すれば得点を上げることができます。過去問の頻出分野の中で自分の苦手分野を各教科1つ決め、それを”確実に”習得するようにしましょう。

この分野は大丈夫! という分野を1つでも作っていくことが非常に大切です。

**暗記項目をノートにまとめ当日持っていく**

理科、英語などの暗記事項でまだ覚えきれていない項目、不安な分野はノートにまとめて試験会場に持って行くようにしましょう。

直前に丸暗記したことは覚えて入られますから、試験前日や当日の朝、試験間の休憩中などに暗記ノートを暗記しましょう。

**英語はすでに演習を行った過去問の読み込みを毎日行う**

長文の読み込みはすでに演習を行っている過去問の読み込みを行うことがオススメです。大問ごとの傾向や文章の長さ、スピードなどに慣れておきましょう。

**大学ごとの各教科の目標得点を設定しておく**

受験本番では、満点を取ろうとするのではなく、過去問演習から自分の各教科の目標点数を大学ごとに設定しておき、その点数を確実に得点するようにすることが大切です。

目標得点は自分の過去問演習と合格ラインの点数から設定してください。

**大学ごとの各教科の時間配分を設定しておく**

また、各教科の大問ごとの時間配分も必ず設定しておきましょう。

本番に解き進めて大問ごとに決めておいた時間がきたら、例えまだ問題が解けていなくても次の大問にうつることが大切です。

よくある失敗は、「大問2で計算が詰まってしまって30分ほどかかってしまい、最後の大問にかける時間が5分しかなかった・・・」というものです。

これは、時間がなかったのではなく、明らかに本番時のパフォーマンスの失敗です。もし大問2をあらかじめ決めておいた時間通りに途中で飛ばしておけば、最後の大問も十分解けたかもしれないからです。

なお、過去問と問題の傾向が変わるかもしれないので、試験がはじまったら必ず大問がいくつあるかを確認し、その場で大問ごとの時間配分を決められるようにしておきましょう。

**各受験校の受験番号を伝えておく**

試験本番期の過ごし方は直前期以上に合否に直結します。特に、センター試験や受験日の早い受験校で万が一失敗してしまった場合、パニックになってしまいそのあとの受験まで連鎖して失敗してしまう可能性があります。そのため必ず迅速に報告と相談をすることが大切なのですが、例年うまくいった時ほど早く報告し、失敗した時ほど報告が遅れる受験生が非常に多いというのが実態です。

そのため、受験校の受験番号を必ずあらかじめ連絡しておき、失敗してしまった時、早めに対策が取れるようにしておいてください。

**直前期にやることのまとめ**

- ・ 暗記事項のリストを作成すること
- ・ 5%あげるために習得する分野を絞り、確実に習得すること
- ・ 大学ごとの各教科の目標得点、時間配分を設定しておくこと
- ・ 受験校の受験番号を伝えておく

<プレッシャーについて>

**難しいことに挑戦するときはプレッシャーや緊張は感じて当たり前**

医学部受験だけでなく、困難なことにチャレンジしているときはプレッシャーや緊張は感じて当たり前です。プレッシャーをなくすには挑戦することをやめる以外に方法はありません。

センター試験2日間、全く睡眠できずにクリアしていった受験生も過去にはいますし、12月ごろから毎日胃薬を飲みながらクリアした受験生もいます。

緊張しているのは自分だけではなく、むしろもっと極度の緊張をしている受験生はいくらでもいることを理解しておきましょう。

ただ、緊張によって頭が真っ白になってしまったり普段どおりのパフォーマンスができなくなることは避ける必要があります。

**プレッシャーや緊張を軽減する対策方法を用意しておくこと**

- ・問題の途中で詰まってしまうたり不安を感じたときは一旦スキップして違う大問を解く
  - ・問題用紙から一度目を離して深呼吸する
  - ・頭が真っ白になったときは挙手してトイレに行く
- など、試験中に手がふるえてしまったり頭が真っ白になった時の対処方法を前もって決めておきましょう。

<試験本番の心得>

### 1.本番も過去問演習と同じやり方で解くこと

急ぎすぎたり、逆に慎重になりすぎてもいけません。過去問演習と同じスピード、やり方で本番も試験を解くようにすることが大切です。

急ぎ過ぎるとミスにつながる可能性がありますし、慎重になりすぎると時間が足りなくなる可能性があります。

特に時間は大切に、大問ごとに決めた制限時間がきたら一旦その問題を解くのは中止して次の大問にうつることを必ず守ってください。

### 2.連問でミスをする可能性がある問題は必ずチェックしながら進む。

特に数学や物理など、(1)でミスをしてしまうと、以降の問題も連続で間違えてしまう問題は要注意です。全部解き終わってから見直しをしてミスに気づいたとしても、すべての問題をやり直すことになり大きく時間のロスになってしまいます。

連問で間違ってしまう可能性がある問題では、(1)を終えるごとに10秒でもいいので見直しをこまめにいれるようにしましょう。

特に

- ・問題の読み間違えないか
- ・暗算を間違えていないか
- ・書き写しはないか
- ・計算ミスはないか

をチェックしましょう。

### 3.必ず5-10分間は見直しの時間にあてる

よく、「時間がなくて見直しができなかった」という言い訳をする受験生がいますが、見直しは意識的に必ずするものです。

たとえ空欄をつくってしまったとしても、見直しの時間は必ずとるようにしましょう。

他の受験生も解けないような難易度の高い問題は解けなくても合格できます。しかし、他の受験生が解けている問題をミスしてしまうと致命傷になってしまいます。

試験本番は、無理してすべての問題を解きにいこうとするのではなく、自分が解ける問題でミスがなければokと考え徹底して見直しを行うようにしましょう。

過去問演習をする中で、あらかじめ何分見直しにあてるか、各大学、各教科ごとに決めておきましょう。

### 5.満点をとろうとせずあらかじめ設定した目標点数を確実に得点する

自分の得意教科、苦手教科をふまえ、過去問演習の結果と合格平均点をふまえて各教科の目標点数を決めておきます。

例えば、合格平均点が70%であれば、全教科70%とするのではなく、数学が得意で化学が苦手な受験生は数学80%、化学は60%などと配分しましょう。

試験本番ではこの教科ごとの目標点数を意識し、難しい問題や、明らかに時間がかかりそうな問題は飛ばすことも大事な戦略です。

また私立医学部には、問題が簡単で80%以上の得点が必要になる大学もあれば、問題が難しく65%程度で合格点に達する大学もあります。

問題が簡単な大学は満点を狙っていく必要がありますし、難しい大学では捨てる問題もあると頭に入れておきながら回答していく必要があります。

目標点数を確実に得点するためには、**自分が取れる問題を確実に得点すること**が何より大切です。

- ・解ける問題から確実に得点していく
- ・時間配分を徹底して守る
- ・ミスをなくす

ことだけに集中して取り組みましょう。

## 6. 休憩時間、終わった教科のことは考えず、次の教科の準備をする。

終わった教科のことをあれこれと考えても点数が伸びることはありません。

しかし、次の試験の準備をすることで、点数が伸びることはよくあります。「直前に暗記したことがでた!」というハッピーな体験談はよく聞きますが、そのチャンスは次の準備をしっかりしていた受験生にしか訪れません。

直前に暗記したものは覚えていられますから、休憩時間はできるだけ暗記項目を詰め込むようにしましょう。当日もちこめるように詰め込み用の暗記リスト・苦手リストをあらかじめ作成しておきましょう。

## 7. 試験がおわったら必ず自己採点、反省と分析をする

私立医学部は複数の医学部を併願する受験生がほとんどだと思われま

す。一つの受験が終わったら、必ずすぐに反省と分析を行いましょう。解答速報がでる大学は自己採点も行うようにしましょう。

そのとき、難易度の高い問題は無視していいので、

- ・本当はできたのにミスしてしまった問題がないか
- ・忘れていた暗記事項はないか
- ・問題集で見たことがあるのに出来なかった問題はないか

をチェックしましょう。

これらを確実に復習して次の大学の受験に望むことで、試験本番期間中でも点数を伸ばしていくことができます。また、ミスしてしまった問題は、次の大学では同じミスをしないようにミスの原因を分析し、対策を記録するようにしましょう。

## 8. 実力が下がることはない

直前期の過去問演習、センター試験、最初に受験する私立医学部などで点数が思っているよりも低く出てしまったとき、以前できていたことができなくなってしまったような錯覚に陥り、一気に不安になってしまうことがあります。

しかし、「点数が低く出た」とこと、「実力が下がった」とは全く別物であり、そもそも短期間で実力が下がることはありません。

点数が低くなった原因として、多くは次のものが挙げられます。

- ・ミスをした
- ・ど忘れをした
- ・普段の演習とは違うことをしてしまった
- ・苦手分野が普段よりも多くでた
- ・難易度があがった

大切なのは、点数が下がった原因をしっかりと考えることです。点数が下がったのは上記のように必ず原因がありますから、それをしっかりと考え分析しましょう。

分析することで、改善策を立てることにつながりますし、冷静に対処していくことができます。

絶対にやってはいけないことは、実力がさがってしまったと錯覚し、不安に陥り調子を崩してしまうことです。

ただ、頭ではわかっているつもりでもやはり点数が下がってしまうと不安を感じます。必ずすぐに結果報告と相談をしてください。

## **9. 報告、相談を迅速に行うことも大切な自己管理能力**

センター試験や、早い段階で受験する私立医学部の結果に対してどう行動していくかによってその後のパフォーマンスや結果が大きく変わってきます。

出願はしているが受験しないことで戦略上有利になることもありますし、逆に後期など出願を追加する場合があります。

また、困ったことや悩んでいること、不安になった時などは前日の夜や本番の休憩時間中でもいいのですぐに相談、連絡するようにしてください。

報告や相談を確実にに行えることも自己管理能力であり、医学部受験をクリアするための大切な能力の一つです。確実に行うようにしましょう。

## **試験本番期にやることのまとめ**

- 暗記事項をつかったリストを確実に暗記すること
- 過去問演習通りのパフォーマンスを確実に行うこと
- 結果報告、相談を迅速に行うこと

<計算ミスについて>

・自分がどんな理由でミスしているかを徹底的に追求する

「仕方がない」「次は注意しよう」などと安易に考えている人は、本番では間違わない自信があるのですか？

過去問演習などでミスをした時は、必ず原因を追求し、二度と同じミスをしない対策を立てて実行できるようにしてください。

・暗算能力への過信

そこそこ単純な計算力が高めの人に多い理由です。「筆算するのが面倒」「暗算のほうが速い」と安易に考えているのですが、間違えては元も子もありません。面倒くさがらず、途中過程を記述しましょう。後からミスを見つけやすくなるというメリットもあります。

・必要以上に急ぎすぎ

「計算は少しでも速く行い、思考に時間を回そう」という考えで、とにかく計算を急ぎすぎて結果間違えてしまうというのはよくあることです。本番では、普段以上の慎重さが要求されます。特に、「絶対に解ける」と思った問題を間違えることは即脱落を意味します。いけると思った問題ほど万に1つのミスもしないよう慎重に、よくわからない問題はスピードを重視して記述量を稼ぐ、というように緩急をつけるようにしましょう。

・思考と計算を同時に行っている

例えば、国語の記述問題では「次に何を書くか」「どのように論を展開していくか」を常に考えながら記述しているでしょう。これと同じく、数学で計算をするときも、計算をしている最中にその先のことを考えてしまっているのです。数学では、計算をするときはその計算だけに集中して行う必要があります。思考するときは思考だけに集中し、計算するときは計算だけに集中するよう心掛けましょう。

・思考を終えて安心する

最終結果までの見通しが立った瞬間、「後は計算するだけ」と安心して集中力が切れてしまいことで、計算ミスをしてしまいがちです。「計算するときに最も集中すべき時である」という認識を持つようにしましょう。

・自分の書いた文字を読み間違える

1とl、6とb、9とq、aとαとd、hとn、uとv、rとγ、wとω、tと+など、形が紛らわしいものが含まれている計算を行うとき、自分で自分が書いた文字を混同してしまっている人をよく見かけます。例に挙げたような危険な数字や文字は、特に丁寧に記述しましょう。

・見直しの意識が低い

数学が得意な人は、ほとんど計算ミスをしません。その理由は、そもそも高い計算力を持っているというのがありますが、見直しの意識を高く持って、同じ計算を2度3度行い確かめているのです。ですから、ミスをしないというよりは、仮にミスをしたとしても直ちに気づき修正できるため、結果に影響しないのです。計算が得意な人ほど、得意な計算でのミスを恐怖に感じています。計算ミスをすることに恐怖を感じていますか？「計算ミスをしたらその時点で終わりだ」という意識で試験に挑みましょう。試験中の優先順位や行動が変わってくるはずですよ。

<記述答案の書き方と採点について>

### 採点の流れ

- ・大問ごとに採点基準を協議し、決定する。
- ・考えられる解答例を挙げておく。予想外の解答は採点官同士で協議する。
- ・採点官が各自で採点し、採点に間違いがないか数人でダブルチェック、トリプルチェックをする。

### 部分点を稼ぎやすい答案の書き方

- ・実験は問題用紙ではなく、解答用紙の隅で行いできるだけ残しておく。
- ・途中でミスに気付いた場合、消しゴムで消すのではなく、斜線や×をして残しておく。
- ・複数の解法で迷った場合、並列して書いておく。
- ・数式だけでなく、出来る限り日本語で説明をしておく。
- ・時間内に計算が終わりそうにない場合、答えまでの流れを日本語で記述しておく。
- ・(1)が証明問題で、(2)がその結果を利用する問題の場合、(1)が出来ていなくても(1)の結果を用いて(2)を記述しておく。
- ・高校範囲外の知識でも正しく使えているなら大きな減点はされない。
- ・同値記号「 $\Leftrightarrow$ 」は、できる限り使わない。

(理由：大学では、特に同値性を明確にしたい場合にのみ使用する記号であり、この記号があると採点官の評価が厳しくなりがちである。さらには、同値でないのに同値記号を使ってしまう人が多く、この場合は最悪。)

リスクを避け、普通に式を並べておけばよい。

例： $x^2-x=0$   $x(x-1)=0$  よって $x=0,1$



<面接について>

### **厳しい質問が飛んでくる原因はほとんどの場合自分の返答**

面接で一番よくないのは、質問に対して短く答えてしまうことです。

余計なことを言わないことは確かに減点対象にはなりにくいですが、印象としてはよくありません。

悪い例

医学部志望理由について

「家族が～～という病気で入院したことがあり、それが医師になりたいと思ったきっかけです」

長所について

「責任感があることです」

など

短く答えると面接官は次のどちらかの対応をします。

・深くつっこむ

短く回答してしまうと、つっこむ内容は面接官に委ねられているため厳しい質問が飛んでくる可能性があります。

例えば、「責任感があるとのことですが、医療現場で～～～という状況を想定したとき、あなたは責任をとりますか？またどのような形で責任をとりますか？」などの質問が来る可能性があります。

・次の質問にうつる

テンポよく次の質問にどんどん移っていく面接官の場合、時間が大幅に余ってしまうため、予期せぬ質問が来る場合があります。

「最近の医療ニュースで～～～というのがあるがそれについてどう思うか」「医療問題とその解決方法について一つ上げ自分の考えを述べてください」など。

どの大学でも受験生一人あたりの持ち時間が決まっているため、具体的に話すことで時間を使うようにしましょう。

### **自分の体験を具体的に話す**

短く答えてしまわないよう、必ず具体的に返答しましょう。

このとき、医師は～～すべき、医療は～～である などの表現は厳しい反撃を受ける可能性があるため、あまり使わないようにしましょう。

おすすめなのは自分の体験を具体的に話すことです。自分の体験であれば面接官もつっこむことができないため有利に進めていくことが可能です。

ただ、複数の話をしてしまうことはよくありません。

私の長所は ～～と～～です。また、～～は、 というように、一つのテーマに2つ、3つ話をするのはメッセージが伝わりにくくなるため印象が悪くなります。

**1つのテーマを具体的に話すことを心がけましょう。**

### **必ず聞かれる質問の答えを用意しておく**

医学部を志望する理由、本学を志望する理由は、ほとんどの大学で聞かれる内容です。自信をもって答えられるようにあらかじめ答えを準備しておきましょう。

## 入室時の流れ

入室が一番緊張するときだと思います。自信をもって実践できるように練習しておきましょう。

### ドアのノックは3回

意外と知らない受験生は多いですが、ドアのノックは3回が基本です。  
2回のノックはトイレに入るときですから間違えないようにしましょう。

### ドアを開ける

ドアを開け、「失礼します」と元気よく挨拶しましょう。

### 面接官とアイコンタクトをする

面接官としっかり目をあわせませす。

ドアを閉めるときに、背を向けるとよくないのでは、、などとあまり気を使う必要はありません。自然と閉めましょう。

### 挨拶をする

ドアを閉めたら、面接官に向かって「よろしくお願ひします!」と元気よく挨拶します。挨拶してから礼をします。礼をしながら挨拶すると、何を言っているのかよく聞こえなくなりますから、必ず挨拶してから礼です。

お辞儀の角度は45度、両手は体の横にそろえ、ゆび先までピンと整えましょう。

頭を下げたところで1秒止めてから頭をあげるようにしましょう。

### 椅子に移動する

挨拶をしたら椅子の横に移動します。

### 名前を言う

名前をフルネームで元気よくいいます。このとき、面接官と目をあわせるようにしましょう。また、面接官が複数いる場合は、全員に一度は視線を合わせるようにしましょう。

### 一礼する

名前を言い終わったら「よろしくお願ひします!」と言ってから再度一礼します。このときも同じ要領です。

### 着席する

着席するよう指示されたら「失礼致します」と軽く会釈してから着席しましょう。

着席時は下記の通りにします。

男性：足を肩幅程度に広げ、手は軽く握って膝の上に置きます。

女性：両ひざ、かかと、つま先をつけて手は重ねて膝の上に置きます。（このとき左手を上にはします）

膝を直角にし、背筋を伸ばしましょう。

## 退室時の流れ

面接が終了すると、安心して気を抜きがちですが、退室時の流れもしっかりできるように準備しましょう。

### お礼を言う

面接が終了したら、「本日は誠にありがとうございました」と座ったままでいいのでお礼を言い、軽く一礼しましょう。

### 立ち上がり礼をする

その後、立ち上がって椅子の横にたち、「失礼致します」と言って再度お辞儀をします。

入室のときと同じ要領です。

### ドアに向かい、ドアの前で再度一礼

ドアの前で、再度面接官に向かい、目をあわせてから「失礼致します」とお辞儀しましょう。

終わればドアを開けて退室します。

## <QandA>

・ どうして医学部に行きたい（医師になりたい）のかわからなくなってきた

→ どうせ医学部入ってからたくさん悩めます。「医学部に入る」と、「今想像している医師になること」は必ずしも同じではありませんし、おそらく全然違います。

まずは前進することが大切です。

・ いろいろ不安になったりあれこれ考えてしまったりして勉強に手がつかない時があります

→ いろいろ不安になったりあれこれ考えながらも机に向かって勉強しましょう。不安を抱えながら勉強するのも実力のうちです。

・ 試験前日に眠れなかったらどうしたらいいですか？

→ センター試験2日とも一睡もせずクリアした人も過去に複数います。

眠れなくても結果に影響しないことがほとんどなので気にしないようにしてください。

どうしても眠れない場合は勉強してください。

・ 体調を崩しました。

→ 当日の場合は這ってでも試験会場に行きましょう。試験官に体調悪い事を伝えると別室での受験などの対応もしてくれるかもしれません。

インフルエンザで受験し合格した人もいますので、体調が悪いなりにできることを精一杯やってください。

・ 試験当日は何をしたらいいですか？

→ 暗記事項をまとめたノートを持って行って暗記すること。

受験票と筆記用具を忘れないこと。

お手洗いの位置を確認し早めに済ませておくこと。

・ 緊張しない方法を教えてください

→ ありません。発見したらこっそり教えてください。

・ 緊張で頭が真っ白になったらどうしたらいいですか？

→ <プレッシャーについて>参照

・ 最初の科目で失敗しました。

→ その日の試験が終わるまでは考えずに次の試験の準備に集中しましょう。失敗したと思って合格した例も多くあるのでとにかく最後までできることをやることです。

・ 最初の受験で失敗しました。（あるいは不合格でした。）

→ 失敗した時はすぐ連絡、相談してください。まずは取れるはずだった問題がなかったかを確認し、その対策を最優先で行いましょう。ミス、暗記忘れなどは特に最優先で対策してください。

苦しみながらも前を向いて一つずつできることを確認していきましょう。

結局1つでも合格して進学してしまえば失敗したことなんてすぐ忘れず。まだ残っている受験に最善を尽くしてください。

・ 面接は合否に影響しますか？

→ マトモな人ならほとんどありません。多少あってもほとんどが学科試験で決まります。

ただ、面接で失敗すると嫌な気分になってあとの試験等に影響する人もいますので、最低限の準備はしていきましょう。

・ あと〇点足りないのですがどうしたらいいですか？

→ 実力不足です。実力が届いていない大学は受験をやめて受験校を下げるのが一番の戦略です。やれることは暗記ものの徹底です。

・ 採点はいつしたらいいですか？

→ センター試験は間違っても1日目は採点しないこと。2日目が終わったらすぐに採点すること。

私立医学部の採点は速報出次第すぐやって報告しましょう。

