

## 受験生ガイダンス

- ・ACE Academy の目的

→卒業後も活躍できる人材の輩出

- ・ACE Academyで学んで欲しいこと

考える力、独りで戦う力、判断力、自己分析力、目標達成力、集中力  
(レベル別到達目標参照)

・試験本番は独りの戦い。ただ教科の勉強を闇雲にこなしているだけでは試験本番しっかり決めて合格していくことは困難。難関医学部に合格する人ほど自己分析力、判断力、考える力が優れていることが多い。日々の勉強と並行して上記のような総合的な力をつけていくこと。

- ・能動的に貪欲に学ぶこと

貪欲に学ぶ意欲のある生徒と、そうでない生徒では卒業時に5倍以上、学んだ量に開きがある。貪欲に学ぶ意欲のある人、真剣に努力している人には全力で対応。

(ルール守れない人、やる気ない人に教えられることはありません。)

- ・合格するために必要なこと

1.必要な問題集を理解・暗記・何度も復習し自力ですらすら解けるようにすること

2.本番で制限時間以内にミスなく実力を発揮できること

あとはすべて雑音

必要な問題集→塾生ページに公開+毎週指定

理解→講義型の参考書+質問対応

暗記、習得→繰り返し、暗記練習

制限時間内にミスなく→計算練習、過去問演習、考える力、判断力、独りで戦う力

\*指定している問題集を習得することで難関医学部にも合格している。とにかく問題集を理解・習得するために時間を使うこと(そのための効率をあげ、極力邪魔をしない環境をつくっている)

- ・勉強法→塾生ページ「効率を最大限にする勉強法まとめ」

理解・暗記・繰り返し に時間を使う 他はすべて無駄

(悩んでいる時間・ノートまとめなど)。

まず理解し、理解したら自力ですらすら解けるようになるまで何度も繰り返す。

必ず自力で解けるようになってから次の問題に進む

- ・実践し習慣づけることが大切

→講義を聞くことや、ただ知っていることにはほとんど意味がない

習慣は短期間では効果がなく指数関数的に効果がでてくるため注意。

習慣づけること

1.暗記、計算

2.週1回の自己分析とフィードバック

3.無駄な時間を削り勉強する

4.常に考える

その他

・ 備品、教室はきれいに保つ努力をすること 風邪を人にうつさない（風邪のときは振替、マスク着用）遅刻しない。

・ 指示、ルールに従うこと →意見は合格したら聞きます  
(要望や相談、質問はいつでもどうぞ)

・ 可能性を拓げるのも可能性をつぶすのも自分次第（勉強時間、課題の量、スピード）

・ 独りで戦う力をつけること 本番は独りの戦い。 友達づくりは厳禁  
遊びたければ医学部受験をやめればいい

・ 医学部受験に他人との戦いは必要ない →自分との戦いのみ。  
他人や数字を意識しないこと。

・ 常に自分で考え、不安に対処しながら、もがいて前進すること

・ やる気がでない日も、変わらず勉強できる力をつけること  
「今日やる気がでないから仕事いくのやめよう」は通用しますか？

・ 「努力は必ず報われる」は難しいことに挑戦してこなかった人のセリフ  
でも努力を重ねるしか道はない

・ 偏差値と判定について （10万人が受験と仮定）

偏差値50→上位50% 50000人

偏差値55→上位31% 31000人

偏差値60→上位16% 16000人

偏差値65→上位6.7% 6700人

偏差値70→上位2.3% 2300人

偏差値75→上位0.6% 600人

判定：偏差値のボーダーをC判定とし2.5刻み

例 東京医科歯科大学 偏差値70

A 75～ B 72.5 C 70 D 67.5 E 67.5未満

第3回河合記述模試（昨年度優秀者）

|    | 物理選択    |     | 生物選択（全国4位） |     |
|----|---------|-----|------------|-----|
|    | 得点      | 偏差値 | 得点         | 偏差値 |
| 数学 | 200/200 | 76  | 200/200    | 76  |
| 化学 | 93/100  | 83  | 97/100     | 86  |
| 物理 | 93/100  | 74  | -          | -   |
| 生物 | -       | -   | 89/100     | 92  |
| 英語 | 187/200 | 78  | 198/200    | 81  |
| 総合 | 573/600 | 78  | 584/600    | 83  |

## Q & A

・やる気がでないときはどうしたらいいですか？

→原因分析と対策を考えてください。やる気がでなくても勉強はしてください。

・模擬試験は何を受験したらいいですか？

→第2、第3回の河合マーク、河合記述模試、河合センタープレは私立専願も含めて全員必須。ほかは特別な指示のなにかぎり受験せず問題集の習得に集中してください。

・効率のよい勉強方法を教えてください。

→勉強法については上記の通りです。いきなり勉強効率が上がる方法はありません。（あつたら誰も苦労しません）あとは自分の勉強効率を日々反省して改善案を考え実践していくことで少しずつ向上していきます。また暗記力、計算力、勉強時間、集中力などによっても向上しますが、これも日々の訓練によって徐々に向上します。

・以前習得した問題集の復習はどうしたらいいですか？

普段はとにかく課題を終わらせること（目の前の問題集を習得すること）に集中してください。模試前や過去問演習の時期にしっかり復習する時間をとります。それまでは前に進むことに注力してください。（課題が終わった上で先週の復習をするなどはもちろんokです）

・計算ミスはどうしたらなくせますか？

→完璧になくすことは不可能です。ミスを減らしたり試験時間内に修正できる力をつけることは反省と対策、日々の努力や計算練習の継続で可能です。

自分の計算ミスの原因を分析し対策を考え、フィードバックを繰り返すことで少しずつ改善されていきます。すぐになくなる方法はありません。

・全教科同時にやった方がよいのではないですか？

→全教科同時並行で学習すると集中が分散し効率が落ちます。それだけでなく、自分の好きな教科に集中しがちであり、本当にやらなければいけない苦手な教科が手薄になりがちです。そのため問題集の習得の時期はあえて教科を絞った課題を出しています。

模試前や直前期、過去問演習の時期になれば全教科並行して復習します。

・課題が終わりません。暗記が5分で終わりません。毎日やることが終わりません

→終わる人はいます。対策を考えて改善していくこと。

・面接や小論文対策はどうしたらいいですか？

→ほとんど評価されません。私立医学部では（一部を除き）一次試験を通過しなければ面接すらしてもらえません。面接や小論文で逆転することはまず起こりません。

面接、小論文については回答内容の棚卸しとその添削を行います。

## レベル別習得目標

自分のレベルが追いついていない状態で高望みすることを無謀といいます。

例えば勉強報告も正しく行うことができないのに、勉強習慣をつけることはまず不可能ですし、授業中居眠りをしている生徒が最も効率よい勉強方法を習得することはあり得ません。

勉強習慣を維持できない人が医学部に合格することはあり得ませんし、難関医学部に合格するレベルの受験生と同じ勉強時間を確保できない人が同レベルの医学部に合格することはまず不可能です。

レベルは一つずつクリアすることが必要です。レベル4をクリアしていないのに、レベル6をクリアすることはできません。本人が低いレベルでクリアしたと勘違いしているだけで、客観的に評価すればクリアできていません。

同じく、週80時間の勉強を維持できないのに、1週間だけ無理にがんばって110時間を達成しても、おそらく次の週あたりにはリバウンドが来ますし、勉強効率も悪いのでほとんど無意味です。

### レベル1 勉強習慣の構築

毎週勉強報告を行い、1週間の反省をきちり行うことができる。

授業中の態度・与えられた指示やルールを正しく守ることができる。

1週間の与えられた課題を達成することができる。

### レベル2 最低限の勉強時間の確保

下記の勉強時間を1か月以上維持できる。体調管理を徹底し体調をコントロールできる。

浪人生・再受験生 週80時間以上

高校3年生 週40時間以上

### レベル3 暗記、計算力の強化による勉強効率の向上

日々の暗記、計算練習を集中して継続し、暗記力、計算力を強化し勉強効率を向上させる

### レベル4 正しい勉強方法の習得

各教科、正しい勉強方法を習得し実践できる

### レベル5 無駄な時間を完全に排除し最大限の勉強時間の確保

無駄な時間を徹底的に排除し各自の最大限の勉強時間を1か月以上維持できる。

浪人生：週110時間以上

現役生：週70時間以上

### レベル6 高い自己分析力の習得

週1回、月1回の自己分析を継続することで高い自己分析力を身につける。

### レベル7 試験本番のパフォーマンスの向上

模擬試験後のフィードバックを継続し、試験本番でのパフォーマンスをコントロールし、実力を確実に発揮することができる。

### レベル8 考える力、実践力、判断力の習得

自己分析からの改善案を自分で考え実践していくことができる。また不測の事態への対処や意思決定において判断し決断していくことができる。

### レベル9 卓越した集中力の習得

高い結果を残すことができる理由を自分なりにすべて説明でき、自分の強みや弱みも言語化し向上・改善していくことができる。

また日々や本番においてもやるべきことに全力で集中することができる。



### <1週間の課題整理シートの使い方>

- 1 指示された1週間の課題を1週間のうちにやるものと毎日のものの欄にそれぞれそのままシートに記入する。
- 2 自分で、「より具体的に何をどのようにやり込むか」を考えて思いついたものから下の空欄に記入していく。
- 3 具体的なタスクを書き終えたら、それぞれを見比べて優先順位をつける。(ex:A>B>Cなど、タスクの数が少ない場合は必ずしもCまでつける必要は無い)
- 4 優先順位の高いものから順にこなしていく。同じ優先度のモノの中からさらにどの順番でやるかは気分にかまけたりあらかじめキッチリ決めておいたりなど自分の好きなやり方で。
- 5 やり終えたタスクは自分が分かる方法で達成したことを明確に記しておく。  
毎日の課題は一日ごとに達成度を記しておく。

### <受験生の年間予定>

- 4月 ガイダンス 塾内模試
- 5月 (第一回河合塾全統記述模試受験)
- 6月 基礎力確認テスト
- 7月 塾内模試
- 8月 河合マーク模試受験 第二回河合塾全統記述模試受験
- 9月 塾内模試
- 10月 第三回河合塾全統記述模試受験 河合マーク模試受験
- 11月 面接対策講座 過去問演習開始 塾内模試 センタープレ模試受験
- 12月 センタープレ模試受験 私立医学部願書作成、添削
- 1月 生徒個別面談、面接・小論文対策 センター試験本番 私立医学部受験開始
- 2月 国公立医学部受験

\*河合模試はすべて自身で申し込み願います。

第1回河合模試は受験しないことを推奨します。

第2回河合記述、マーク模試、第3回河合記述、マーク模試、センタープレ模試は私立医学部専願者も含め受験必須。

その他の模試は個別で別途指示のないかぎりすべて受験しないこと。

### 河合模試の年間ラインナップ

### 参考リンク

[イチロー選手の思考と心構えに学ぶ](#)

[1万時間コミットして世界トップレベルになれなかった人はいない](#)

| できる人   | できない人   |
|--|---|
| まず自分で考える。質問するとき必ず自分なりにも考えているため、よい質問ができる。   | 考えずにすぐに聞いて得した気になっているが、チャンスを失っていることに気づかない。<br>考えないから質問のレベルが低い。<br>わからないことがわからない、という笑い話になる。 |
| 自分で解決できないことは聞く   | 自分で解決できるのか、できないのかさえわからない  |
| 礼節、ルール、時間、指示を守る。   | 礼節、ルール、時間、指示を守らず自分が正しいと信じて、笑われていることに気づかない   |
| 整理整頓、清掃など環境を整えることが自分にとって大切であることを知っている。   | 散らかっている。きれいに保てない。清掃ができない。   |
| プロセスに対する覚悟をする<br>100時間勉強する。友達との交流はしない。テレビはみない。問題集は必ず5周する。                              | 結果への願望だけ<br>合格したい！できたらいいな♪<br>100時間の勉強いやだ～ テレビやめれない～                                      |
| やらないことを決める覚悟ができ、一つのことに没頭する卓越した集中力がある   | あれこれやって全部中途半端になる。まわりがいろいろ気になる。  |
| 結果にコミットする。努力が必ず報われるほど甘いわけではないからこそ、できる限りの人事を尽くす。プロセスへの覚悟をするが結果への責任ももつ。結果に責任をもつ貪欲な野心がある。 | がんばっていればそのうち結果はついてくる、努力は報われる!とお花畑。<br>そのうち報われるという純粋な向上心が好き。                               |
| 根性論に走らず目標と自己の距離を的確にはかり戦略を立てる   | 死ぬ気で頑張る、絶対合格する、など何かと根性論に走り戦略がない   |
| すべて自分で責任をとる  | 何かと親や才能、まわりの環境、講師、テキストなど自分以外に責任を求める   |
| 自分の目的に忠実で、周囲にはきっぱりNo! といえる   | No! がいえない。すぐまわりに足を引っ張られる。それを言い訳にする。そのうちまわりに依存することが生きがいになる。                                |
| 自己分析に長け、自分の強みや弱み、実力を発揮する方法、自己管理の方法などを理解し実践できる  | 自己分析が嫌い。やり方がわからない。自分のことがほとんどわかっていない。  |
| 独りで戦える。独りの時間を大切にしている。  | 独りだと急激に不安になる。家族や友達と連絡をとらないと勉強できない。  |
| 特効薬などはなく、習慣、継続、努力、鍛錬によってのみ道が開かれることを知っている。不用意に情報を求めず自分で考える。                             | 特効薬のようなものを自分は知らないだけだと思って情報ばかりを求める。世の中はドラえもんじゃないよ。   |
| できないことは、どうしたらできるようになるかを常に自分で考え、もがきながら前進できる。その上で必要に応じてアドバイスを求める。                        | できないとき、自分で分析や対策を考えることができず、すぐに「どうしたらいいですか」と周囲に助けを求める。                                      |
| これだ! と思ったことは信頼し長期間継続できる。1つのことを十分に習得した上で次のステップに進める。                                     | これだ! と刹那的に信じるが3日もたてば不安になって次のものを探し求める。継続できない。  |

|   |   |
|---|---|
| <p>自分の能力や可能性を信じている。ある意味根拠の無い自信を持っている。</p>                               | <p>自信がない。どうせ私は〜とっていて、できる人は自分もっていない才能や情報、環境のためだと信じ込もうとしている。</p>                      |
| <p>やる気がでない日、調子の悪い日もパフォーマンスを変えず、周囲に悟らせない。</p>                            | <p>何かとやる気や調子のせいにする。調子ができるのは1週間に1日程度なのでその人がフル稼働できるのは1年で50日くらい。本番にその日がこなかったらもう1年。</p> |
| <p>挑戦をやめない限り不安は消えないことを知っている。不安を抱えながら前進できる。</p>                          | <p>不安への対処ができないししようとしめない。自ら不安を増幅させて自滅する。</p>   |
| <p>自ら考え、行動し、貪欲に学ぶ意欲がある。可能性を拡げるのは自分しかいないことを知っている。</p>                    | <p>受け身。与えられないとやらない、できない。自分でどんどん可能性を閉ざしているが、そのことに気づいていない。</p>                        |
| <p>本質を捉え、深く考えることができるため、シンプルなアドバイスこそ大切に<br/>本質を捉えることができるため細部にこだわらない。</p> | <p>考える力がないため複雑なアドバイスこそ、なんかすごそう、役立ちそう、と目を輝かせる。<br/>本質を捉えることができず細部にこだわる。</p>          |
| <p>必要に応じて自分のレベルや経験してきたことは一旦無視し、ゼロベースで考えることができる。</p>                     | <p>自分の経験してきたことや自分のレベルでしか考えることができない。</p>   |
| <p>スピード、質の使い分けができ、結果的にスピード、質ともに高い。</p>                                  | <p>スピード、質の使い分けができない。結果的にスピード、質ともに低い。</p>  |
| <p></p>   | <p></p>   |