

ヒーローズ塾生のみなさん、保護者様方、こんにちは。ヒーローズ岡山妹尾校です。

充実した夏休みを過ごしていますか？暦のうえではもう秋。残暑ですね。

学校から夏休みの間、たくさんの宿題を出されたことと思います。中には美術で絵を描くことや、日々の日記。読書感想文もあるでしょう。まだ本も読んでいないのに・・・という状態の生徒さんもいるかもしれません。まずは、まだ手についていない宿題があるのなら、急いで終わらせましょう。夏休みの宿題は立派な提出物です。きちんと期限に出すか、出さないかで受験にも影響します。

部活を頑張っている生徒さんは22日からの総体もありますね。塾の授業も後半です。進度も個人差のバラツキが目立ってきました。追加補習も行っていくしますので頑張ってください。

### 夏期講習終了後、9月1日（日）も補習を行います。

夏期講習では單元ごとに確認テストを行つています。基準点（70点）以下の場合には補習を行い再テストをしています。ですが補習が日曜ということもあり日程上の調整が難しく、追加補習の單元がたくさん残っている生徒さんもいますね。よって9月1日も補習を行います。ぜひ、調整してみてください。そもそも補習は2種類あります。懲罰的補習と授業の補完ですね。当塾は前者の位置付けで再テストを行い基準点を目標に頑張っています。その伴張りは絶対に成果となるはず。いやいや、夏休み後半、思った通り勉強することができない、と焦っている生徒さんもいるでしょう？まだ諦めないでください。これから頑張っていけばいいのです。まずは・・・

#### ①. 早くきっかけをつかむこと

何か物事を始める時には、先ず出だしが肝心です。出だしを上手く乗り切れば後はうまくつながります。そのきっかけを早くつかみましょ。要は勉強しなくてはいけない立場に自分を追い込むことです。来年3月の受験を目標にするのでは、いま一つ緊迫感をもてません。ですから休み明けの課題テストや、2学期定期試験を目指して頑張ればいいのです。まずは短期の目標を持つこと。

#### ② 100パーセントできなくてもがっかりしない。

勉強をはじめて最初は中々、思うように進まないかもしれません。そのような時、全部できなかったからといってがっかりしないで下さい。誰だって最初からうまくいくわけではありません。辛抱して少しずつやっていって下さい。続けていけばだんだんペースが上がってきます。

#### ③ 出来ないところ、わからないところに成長の原点があるので、それにこだわる

どの教科でも全て出来たり、わかったりすることはありません。普通、出来ないところやわからないところがあるから勉強するのがいやになります。ストレスになります。しかしそれを乗り越えないと成績は向上しません。そんなときは少し早く塾に来て質問してください。そして解決方法が分かたらもう一度繰り返し問題を解いてみましょう。要は復習が大切だということです。一つのことをマスターするには結構手間がかかります。それを辛抱強くやるのが大切です。自主的な補習も大歓迎ですよ。

### 8月後半、公開模試があります。ぜひ、ご参加ください。

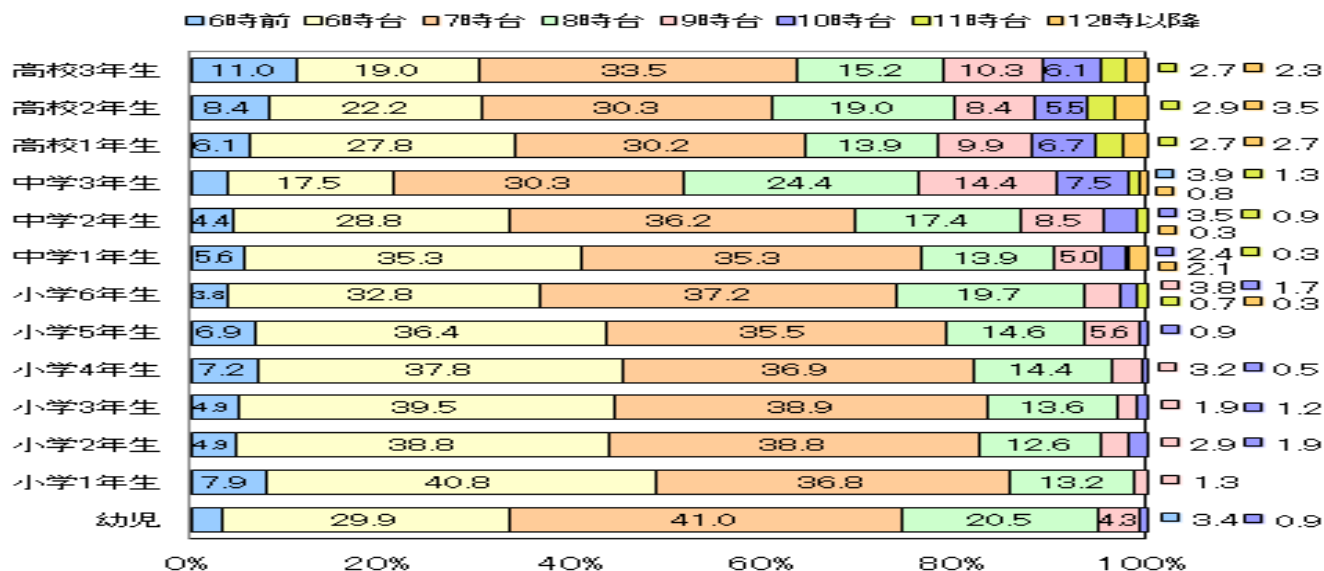
- ① 8月23日（中2）24日（中1）25日（中3） 岡山県公開模試（中学生）
- ② 8月30日 小学生全国模試（小学生）
- ③ 8月31日 公立中学受検適性検査模試（小学5、6年生）

① ③について対象の生徒さん（非受験除く）には申し込み書を8月中旬に郵送しています。ご確認ください。

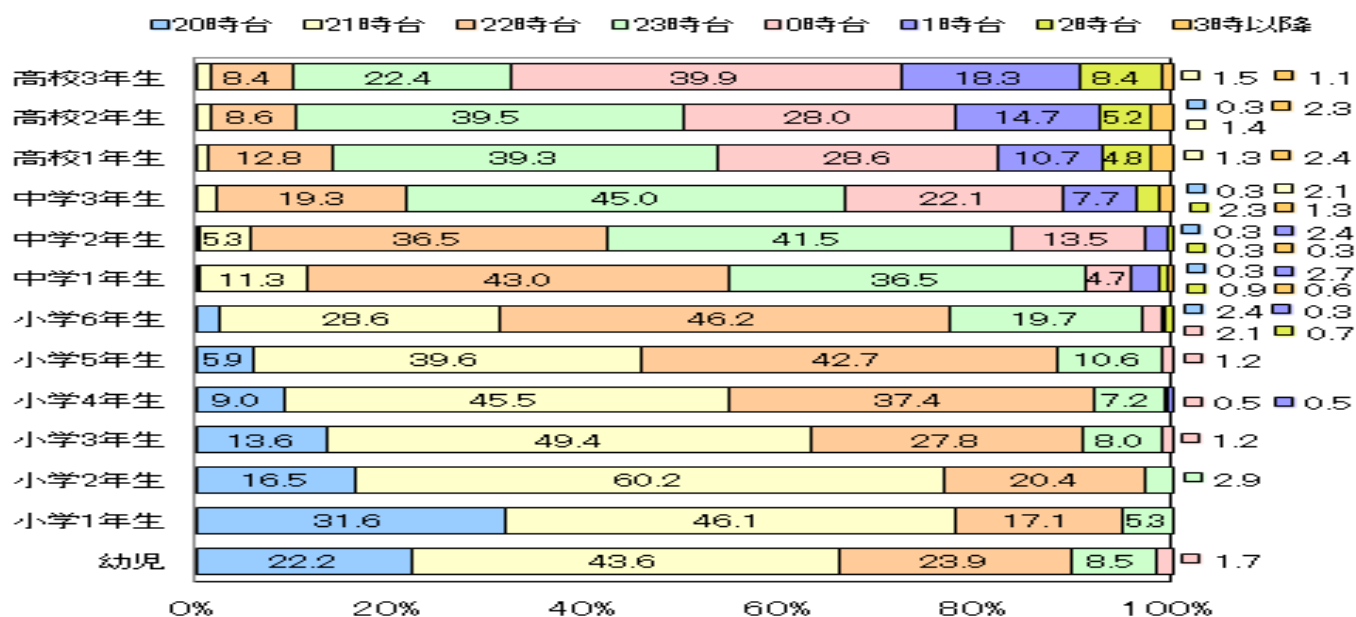
## 中学3年生面談のお知らせ

9月24日（火）ら10月5日（土）の間で行います。後日、希望日時（第4希望まで明記）書を生徒さんを通じてお渡しいたします。この夏の講習の状況。理科社会対策などご提案します。よろしくお願いします。

夏休み、よくウトウトとしている生徒さんがいます。「眠たい・・・。」とよく耳にします。今の生徒さん、一体何時に寝て、何時に起きているのでしょうか？【図1 夏休みは何時ごろに起きていましたか？】



【図2 夏休みは何時ごろに寝ていましたか？】



起床時刻には、学年による大きな違いは見られません（図1参照）。どの学年でも、半数以上の生徒さんは8時より前に起きています。なかでも「6時台」「7時台」の割合が高くなっています。いいことですね。

一方、就寝時刻は、学年が上がるにつれて遅くなる傾向が見られます（図2参照）。小4までは「21時台」、「小5」～「中1」では「22時台」、「中2」～「高2」では「23時台」、「高3」では「0時台」が最も大きな割合を占めるという具合です。大事な発育時期。中学生も23時台には就寝してほしいものです。