

「1日4教科12時間主義(学校の授業のない日)」、  
「1日4教科8時間主義(学校の授業のある日)」のすすめ

開倫塾

塾長 林明夫

Q：何ですか、この「1日4教科12時間主義」というのは。

A：(1)私の弟で弁護士をしていた林俊夫(ペンネーム、森圭司)が、司法試験受験予備校で講師をしていた約20数年前に、司法試験受験生にアドバイスしていた勉強の方法です。  
(2)当時の倍率約30倍の司法試験に合格するには、最低1年以上、「1日4教科12時間」の受験勉強が必要であったようです。  
(3)ただ、私立中入試、高校入試、大学入試の受験生も、受験直前の何週間かは、多くの受験生が学校の授業のない日には1日12時間近く机に向かっていていると思います。

Q：その通りですね。

A：(1)これから多くの学校が受験直前となりますので、もし本気で第一志望校に合格したいのなら、学校の授業のない日は「1日4教科12時間」受験勉強をすることを推奨したいと思います。これが「1日4教科12時間主義」です。  
(2)具体的には、午前中は朝8時から正午まで4時間かけ、例えば国語と理科または社会を2教科学習。午後は2時から6時まで4時間かけて1教科、例えば数学を学習。夜は8時から12時まで1教科、例えば英語を4時間学習する。  
(3)このようにして、学校の授業のない日は、午前中は2教科を4時間、午後は1教科を4時間、夜は1教科を4時間、合計12時間学習する。  
\*どの教科をいつ学習するかは、自分でよく考える。

Q：学校の授業のある日に、どのように「1日4教科8時間」も学習したらよいのですか。

A：(1)朝起きて1～2時間机に向かう。  
(2)午後は、学校から帰宅して少し休んだ後、夕食まで2～3時間机に向かう。  
(3)夜は、8時から12時まで4時間集中して机に向かう。  
\*どの教科をいつ学習するかは、自分でよく考える。

Q：いつ頃から、学校の授業のない日は「1日4教科12時間主義」、学校の授業のある日は「1日4教科8時間主義」をスタートしたらよいのでしょうか。

A：(1)「自分は受験生である」という「受験生としての自覚」をもったら、その瞬間からスタートしたらよいと考えます。  
(2)これは、結構ハードな「長時間自己学習」ですので、「高い志」や「受験生としての自覚」がないと何か月もやり抜くことはできないからです。

(3)30 倍以上もの倍率の 20 年以上前の司法試験ではないので、「1 日 4 教科 12 時間主義」の受験勉強を 1 年以上やる必要はないと思います。しかし、本気で医学部や自分にとっての難関校を受験し、合格したいのであれば、最低数か月、できれば 1~2 年は「1 日 4 教科 12 時間主義」「1 日 4 教科 8 時間主義」を参考に一心不乱に机に向かうことを奨励したほうがよいと考えます。

**Q：では、一体どこで、この「1 日 4 教科 12 時間主義」「1 日 4 教科 8 時間主義」の学習を行えばよいのでしょうか。**

A：(1)「自宅」と「学校図書館」や「公共図書館」、それに通っている学習塾・予備校の「自学自習スペース」です。これらを上手に組み合わせ、この「ハードな長時間自己学習」の場所を決めるべきです。

(2)曜日や時間を上手に組み合わせ、簡単な計画を組み、パターンを粛々とやり抜く。

(3)気分転換や運動も兼ね、できれば 1 か所だけではなく、何か所かを組み合わせることをおすすめします。

**Q：たまには休みの日をつくったほうがよいのですか。**

A：(1)「受験生にお休みの日はありません」といいたいところですが、疲れ果ててストレスがたまり、免疫力が低下すると病気になる確率が高まりますので、時々はりフレッシュの日を入れることをおすすめします。

(2)1 日中休まなくても、「今日は午前中はお休み」、「今日は午後はお休み」「今日は夜はお休み」と、4 時間単位で全く机に向かわない時間をつくることも大切です。

(3)勉強の合間、合間にストレッチや瞑想、新聞を読むこと、読書を入れるのもよい気分転換になります。

\*英語の勉強になりますので、難関校を受験する塾生には図書館などで英字新聞もどんどん読ませてください。

**Q：この「1 日 4 教科 12 時間主義」「1 日 4 教科 8 時間主義」は将来役に立ちますか。**

A：(1)高校入試でこれをやり抜いて高校に進学、高校でもこれに近い学習を続ければ、誰でも医学部や難関大学に合格します。

(2)大学入試でこれをやり抜いて大学に進学、大学でもこれをほぼ継続すれば、どのような難しい大学の教育や研究にもついていけます。大学院への進学も可能です。

(3)現在の大学はアクティブ・ラーニングが数多く取り入れられていますので、大学ではインターネットなども活用しての授業の予習、復習、自己学習、レポート作成に膨大な時間を必要とします。「1 日 4 教科 12 時間主義」「1 日 4 教科 8 時間主義」の成果が一番発揮されるのは大学や大学院です。「1 日 4 教科 12 時間主義」「1 日 4 教科 8 時間主義」こそが、大学進学に向けての最高の準備といえます。

\*アクティブ・ラーニングが数多く取り入れられるこれからの大学の学問的中心は「大学図書館」です。中学・高校から「学校図書館」や「公共図書館」にほぼ毎日通う「学習習慣」を身に付けておくことも、大学進学後に「大学図書館」を最大活用する最高の準備となります。

Q：最後に一言どうぞ。

A：今月も、学習塾・予備校・私立学校の幹部の先生方がお読みになれば必ず参考になると考える本を、せんえつとは思いますがご紹介させていただきます。

(1)1冊目は、梶田叡一著「生き方の心理学 自己意識論集Ⅳ」東京書籍 2021 年 1 月 30 日刊です。特に第 3 編「生き方の形成と深化を」は圧巻です。「自己実現の教育」「生涯にわたって生き抜く力を」「自己を見つめ、自己と対話し、自己を表現する」と、エピローグの「自覚と主体性—実存的に生きるために」は、明日からの教育に即お役に立ちます。

＊本書は梶田先生が東京書籍から 2021 年 1 月 30 日に出版された自己意識論集Ⅰ～Ⅴ(全 5 巻)の 1 冊です。この 5 冊はすべて参考になります。全巻そろえて、是非じっくりお読みください。梶田先生は元兵庫教育大学学長で、「教育の成果を決定する要因」は、「本人の自覚と教師の力量である」ことを教えてくださった先生です。

(2)2冊目は、ジョン・デューイ著「経験と教育」講談社学術文庫大文字版、講談社 2004 年 10 月 10 日刊です。教育学の古典中の古典です。同著「哲学の改造」「学校と社会」「民主主義と教育(上)(下)」すべて岩波文庫とともに、じっくりお読みください。尚、「哲学の改造」は、ジョン・デューイ先生が東京大学で行った講演の原本です。プラグマティズムの古典的代表作、不朽の名作として、W. ジェイムズ著「プラグマティズム」岩波文庫、岩波書店 1957 年刊(改訂版は 2010 年 4 月 21 日刊)もお読みいただくと、経験主義と教育の理解が深まると確信します。

(3)3冊目は、デビット・ガーバー著「競争法ガイド」東京大学出版会 2021 年 6 月 18 日刊です。岸田新首相が新しい資本主義を考えるとこののなら、新しい資本主義の下で競争政策とは何かを考えねばバランスが取れません。世界で最も新しく、最もわかりやすい競争法のテキストと確信します。

(4)各分野の古典と呼ばれる名著を読むときには、その著者の代表作をまずノートを取りながらじっくり、2～3 回読み込むことが第 1。次に、最も関心がある分野を少しずつ、これまた、じっくり読み込むことが大切と考えます。論文集を直接読むのではなく、講演速記録や大学などのテキストが出ていたら、まずはそこから挑戦するのも一手です。がんばりましょう。

2021 年 10 月 11 日(月)記