

緊急事態宣言下での勉強の仕方

—ピンチをチャンスに、いろいろなことに挑戦を—

開倫塾

塾長 林明夫

1. はじめに

- (1) 2021年1月8日から東京都はじめ3県に、1月14日から栃木県はじめ2府5県に緊急事態宣言が出されました。
- (2) 学校休校はありませんが、部活動は休止、多くの学校行事は大幅に縮小、分散登校も始まり学校からの帰宅時間が早まり、不要不急の外出は控えるように要請されているため、家庭で過ごす時間が増えてきました。
- (3) 学習塾・習い事は営業自粛の対象にならないと初めから明記されていますので、また、不要不急の業種に入らないと初めから明記されていますので、開倫塾では、万全の感染対策をしてから通常通りすべての授業を行います。学校と同様、開倫塾でしっかり勉強に励み「第一志望校合格」「学校成績大幅アップ」「3大検定合格」を実現しましょう！



2. 万全の感染対策を

- (1) 学校や学習塾・習い事など必要のところに行く以外は、外出はできるだけ控えること
- (2) 「マスク」・「手洗い」・「密にならない」・「換気」を徹底的に守ること
 - * すべての水道の「じゃぐち(蛇口)」の徹底消毒
- (3) 免疫力 UP



- ① 腸内フローラを大切に(ヨーグルト・ヤクルトは、よいようです)
- ② ストレスをためない(明るく、楽しく、元気よく過ごす)
- (4) 休養をとる—疲れたらすぐ横になり、身体を休める—
- (5) 適度な運動を



- ① 家の中でできる運動を工夫する
- ② スクワット、腕立て伏せ(膝立て伏せ)
- ③ 人があまりいない時間や場所を探し、毎日、散歩を(ただし、物に触れない)
神社やお寺、公園などの散歩



3. こんなときだからできることを集中して行う

(1) ひたすら勉強

- ① 受験生は、一日中、受験勉強を
— 試験が終わったら次学年の予習を1年分終わらせる —
- ② 小中高大生は、一日中、学年末・期末試験勉強を
— 一次試験が終わったら次学年の予習を1年分終わらせる —
- ③ 英検・漢検・数検などで、今年、受験するものを決めて検定試験勉強を
— 検定試験が終わった日から次の級の勉強を —



(2) 読みたい本は、全部読む

- ① この際、好きな作家の本を全部読む
[例] 正岡子規なら「筆まかせ」「飯待つ間」「墨汁一滴」「病牀六尺」
(いずれも岩波文庫) など

② 好きな音楽を全部聴く

- (ア) 家にある好きな CD を全部聴く
- (イ) 作曲もしてみる
- (ウ) 歌も歌ってみる



③ 好きなことをしてみる

- (ア) ただし、ゲームはほどほどに
- (イ) ゲームをやるなら、いっその時間は、「プログラミング」に挑戦
を — 「スクラッチ」はおすすめ



- (ウ) 同じゲームをやるなら、頭をつかう「三国志」「信長の野望」など、「シミュレーションゲーム」を時間を決めてやるのもおもしろい。ただし、おもしろくて、難しいので、一日中やるなど、あまりやり過ぎるのは問題。ちなみに、コーエーの「三国志」「信長の野望」は、足利高校で3年間クラスメート、いっしょに慶應義塾大学に進学した、襟川陽一さん(クリエイターのシブサワ・コー)がつくったものです。

(3) 自分を見つめ直すのによい時期

① 自叙伝(自伝)を書いてみる

* その前に、次の3つの自伝のうち1つを読んでみよう

- (ア) 福翁自伝(福沢諭吉)
- (イ) ミル自伝(ジョン・スチュアート・ミル) — イギリスの思想家 —
- (ウ) スティーブ・ジョブズ伝(アップル社の共同設立者)



② 何のために生きるか考える

* その前に、次の2つのうち1つを読んでみよう

- (ア) 内村鑑三著「後世への最大遺物・デンマーク国の話」(岩波文庫)
- (イ) 同「代表的日本人」(岩波文庫)



③ いろいろな職業について考える

- (ア) 新聞を毎日読み、どのような仕事が必要か考える
- (イ) 特に、「公務員」になりたい人や「公の仕事」に就きたい人は「公共」とは何かを考える

以上は、CRT 栃木放送『開倫塾の時間』2021年1月16日(土)9:15
～9:25の放送内容資料です。
* 2021年1月15日(金)午前9:00からCRTスタジオで収録
しました。