

## 2020年の冬休みの過ごし方(Ⅱ)

第2回お正月休みの過ごし方—1月1日(金)～1月7日(木)までの過ごし方を考える—

開倫塾

塾長 林 明夫

## 1. はじめに一明けましておめでとうございます—

- (1)武漢発コロナ禍の中で、今年もお正月から CRT とちぎ放送の「開倫塾の時間」をお聴きいただき、ありがとうございます。毎週土曜日午前 9:15 ～ 9:25 まで約 10 分間お送りしているこの番組も、お陰様で本年 3 月 6 日(土)で放送開始 35 年目に入ります。
- (2)社会人も含め「効果の上がる勉強方法」について少しでもお役に立つお話をお届けするよう、「勉強」を重ねていきますので、どうか今年もお聴きいただき、少しでも役に立つことがあれば実行していただきたく存じます。
- (3)今回は、冬休みの過ごし方の第 2 回目として、お正月休みの過ごし方についてお話いたします。

## 2. (1)何ととっても大切なのは、コロナの感染防止です。

- (2)①どこに行くときもマスクを必ず着用すること。マスクから鼻や口を出したのでは効果がありませんから、きちんと着用すること。
- ②外から帰ったら、口にもものを入れる前に、必ず指先や、くるぶしまで含め、「せっけん」を用い、「手洗いを 2 回以上」すること。
  - \*「鼻の中に手を入れない」こと、「手で目をこすらない」ことも大事。
  - \*メガネの着用も効果的のようです。
- ③部屋は、少しあけておくか、部屋の換気を定期的に行うこと。
- ④「ソーシャルディスタンス」を！
- ⑤「免疫力」を高めるために、まず第 1 に「腸」を大切にする食生活を。腸にやさしい食べ物(ヨーグルトやヤクルトなど)をとるように心掛ける。また、「ストレス」をためないこと。
  - 「クヨクヨ」しない、明るく楽しく生きる、暗い話題は避ける、疲れたらどんどん横になる。

\*①「マスク」、②「手洗い」、③「換気」、④「ソーシャルディスタンス」、⑤「免疫力」(腸を大切に、ストレスをためない)

## 3. お正月休みの過ごし方で大切な第 2 は、勉強についてです。

- (1)開倫塾などの学習塾や予備校で正月特訓や冬期講習会に参加している方々に一言
  - ①「正月特訓」や「冬期講習会」の「テキスト」や「問題集」は、できるだけ「ノート」で「学習」してから参加すること。よくわからないことがらや問題があったら、自分なりの「よくわからないマーク」をつけておき、先生のお話をよくお聴きして解決すること。

それでもわからなければ、授業中または授業後に、必ず「質問」をして、わからないことをなくすことです。

②「授業」には遅刻や欠席をしないようにすること。

③「授業後」は必ず「テキスト」や「ノート」をもう一度ゆっくりと「声」に出して一語一語読み直す(音読)することをお勧めします。

音読練習を3～4回すると、よく「理解」できるようになりますよ。

④テキストの授業範囲の計算問題は「すべて解き直す」こと。

よくわからない問題は解答を書き写す。それでもわからなかったら、翌日早めに塾に行き先生に質問する。

⑤大切な語句や法則・覚えておいたほうがよいと思われることは、そっくり書き写す「書き取り練習」を行うこと。

⑥もう一度読み直す復習「音読練習」、大事なことを書き写す「書き取り練習」、計算や問題を何度かやり直す「計算・問題練習」を、開倫塾では「定着のための3大練習」と呼び、十分に行うように呼びかけています。

「定着のための3大練習は、不可能を可能にする」ことは、毎年の受験生によって証明されています。

正月特訓や冬期講習会の内容を十分に「理解」した上で、「定着のための3大練習」を十分に行うことで、偏差値は大幅にアップします。

第1志望校合格の可能性が飛躍的に上がります。

4. (1)①年の暮れから大晦日、正月にかけて新聞各紙は大特集を組みます。

②これからの世界、日本、各地方、科学技術・文化・伝統はどうか、どうあるべきか、コロナ禍やコロナ禍後の世界、日本、地方、社会や企業はどうか、オリンピックやスポーツ、芸術文化はどうかなど、大特集を組みます。

③是非、コンビニに行き、家で取っていない新聞をいくつか買って、ご家族みんなで読み比べてください。とても面白いですよ！

(2)年の初めに決意したことをお気に入りの「ノート」や「手帳」にたとえ一行でも書いておく。そして、1年を通していつも「年の初めの決意」に目を通し、どうしたら実現できるかを考え、少しでもよいからできることを実行する。

(3)①友達や知り合いなどに今からでも、また、正月が過ぎてからでもよいから年賀状を書いて、コミュニケーションを図ることも素晴らしいお正月の過ごし方です。

②読みたい本があったら、何ページでもよいからじっくり読んでみる。行きたい神社やお寺などがあったら、家族や友達を誘い、また、一人でもよいから行ってみる。会いたい人がいたら連絡をして、マスクをして行き会ってくる。顔を見てマスクごしに一言ことばを交わすだけでも十分です。

③折角のお正月休みです。コロナの感染防止を十分にしながら、少しずつできることは試してみてくださいね。

今年もよろしくお願ひいたします。

2020年12月31日(木)

12:30 収録予定