

AUTUMN 2015 Vol. 21 JPN

学ぶ子供たちを応援する! エールタイムズ

# YELL TIMES



特集

## 2学期 絶対好スタートを 切るための鍵!

タブレットプラスを使いこなそう  
おすすめブックス  
会員様のお声

その先には、きっと。

株式会社 SunYell

〒747-0036 山口県防府市戎町1-8-24  
TEL 083-227-2415 FAX 083-227-2416



# 一気に差が付く2学期

夏休みは皆さんいかがお過ごしでしたでしょうか?  
充実した40日間でしたか?  
色々な経験を通してひとまわり大きく成長されたことかと思います。  
さて、いよいよ2学期が始まりましたが、実はこの時期は、  
中学校生活の中で最も重要なタイミングと言われています。  
中学生の多くがこの時期にガクッと成績を  
下げてしまっているという事実はご存知でしょうか?  
しかし!ここを物にすれば成績を伸ばすチャンスになるんです!!



## 生活リズムが崩れたまま

夏休みは学校で過ごす時間が無くなるので、家族で旅行に出掛けたり、趣味や部活に没頭できる楽しい時間が増えます。しかしその反面、夏休みだからと気が緩み、いつもより夜更かしをしてしまうことがよくあると思います。睡眠時間が十分取れないと、疲労感を感じたり、集中力、やる気も低下してしまいます。食欲も無くなってしまうので、夏バテと寝不足が重なってしまうと、体調をとても崩しやすい状態になってしま

します。また、体内時計が寝不足により狂ってしまいます。朝に太陽の光を浴びることは、実際の時間とのズレを直す役目があります。朝寝坊が続くと、ズレが解消されずに時差ぼけのような状態に陥ってしまいます。気持ちは2学期モードなのに、体がついてこない…。新学期が始まても午前中の授業はぼーっとしてしまう…。夜寝ようと思っているのになかなか寝付けない…。そんな方も多いのではないでしょうか?

## 1学期の復習、2学期の予習に手つかず…

また、夏休みは1年間で1番長い間、学校の授業がストップする時間帯もあります。この間に1学期に習ったところをしっかり復習できている人と、習ったことをすっかり忘れてしまっている人では2学期に大きな差が生まれてしまいます。「習ったのはだいぶ前だし、どこができたなかつたのか分からんや。」「ほったらかしにしてしまった場所を探すのが面倒だなあ…。」「学校では新しいことを始めるし、そっちで手一杯だよ。部活も忙しくなってきたし…。」と正当な理由の様に本人が感じてしまうのは分かってあげたいところです。

よね。しかし、特に英語や数学など、積み上げ教科と呼ばれる科目は、1学期に習ったことを理解している前提で授業が進んでしまいます。1学期の復習と今習っているところの復習、それに加え明日の授業の予習。これでは大変な作業になってしまいます。2学期は1学期と比べて行事ごとも増え、なおかつ学習内容も増えるため、授業のスピードが格段に上がります。1日1日の学校授業をどれだけ理解、有効活用できるかがこの時期の波に乗るキーポイントとなってくるのです。

## 学習内容の難易度が上がり、量も増えるのでスピードも上がる

授業内容が2学期どうなるのかを理解しておく必要があります。1年生の場合、9月中ごろから本格的に中学校の勉強にエンジンがかかりだすと言われています。例えば英語。1学期は「アルファベット、be動詞、簡単な会話表現」といった内容だったのに対して、2学期は「一般動詞、疑問文、現在進行形、助動詞」、数学は1学期は「正

負の数、文字式、簡単な方程式」から「方程式の文章題、比例反比例、平面図形」と格段に学習内容のレベルが上がります。成績や順位も1学期は団子状態だったのに対して2学期は急速に差が出はじめます。これから楽しい行事ごとがたくさんある2学期。どういう風にスタートを切ればいいのでしょうか?探っていきましょう!

### 都市伝説

宿題を後回しにする人は、嫌な事を後回しにする傾向があり、目の前に欲しい物があるとすぐ買ってしまったり、手元にお金がなかったら借錢しても買ってしまう。何でも後回しにするため、ダイエットなども後回しにして肥満になる可能性もあるらしい…

## 2学期良いスタートを切るために改善点!

朝食をしっかりと食べる。寝る前スマホはしない。  
大掃除をする。分かっていないところを理解する。  
授業の受け方を変えてみる。2学期全体の予定を考えてみる。



### 生活リズムを整えよう!

#### 【朝食】

乱れてしまった体内時計をリセットするために「食べる」ということも改善に繋がるってご存知でしたか?子供の学力を上げるために一番大事なことは「朝ごはんをおいしく食べる」といわれています。朝食に、ご飯に味噌汁、おかずは2皿ほどつけて毎日食べると小学生の算数の偏差値が8ポイント、知能指数にいたっては20ポイント上がったというデータがあります。(テレビ寺子屋 生活習慣で子どもは伸びるより抜粹)もし朝食の準備が大変なら、お味噌汁の中に栄養価のあるものをほりこんで、ご飯と食べるだけでもいいかもしれません。



#### 【寝る前に画面を見ない】

人間は「メラトニン」というホルモンで、睡眠と覚醒のリズムを整えています。しかし寝る前に使用するスマホの光がこのメラトニンの分泌を抑えてしまいます。寝る1時間前は画面を見ない。見るときはブルーライトをカットしてくれるメガネをかける。といった対処法を取り入れましょう。寝る前にLEDやブルーライトを浴びると太るという話もあるようです。

#### 【大掃除】

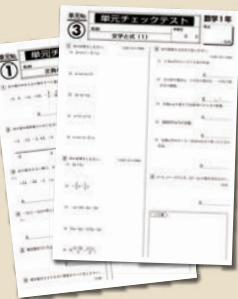
気持ちのリセットをするために部屋の大掃除も効果を発揮してくれます。大掃除といえば普通、年末年始というイメージがあると思いまが、中学生にとって、年末年始より、学期始めの方が大きな節目となるので、年度末の3月と、8月末~9月初頭の年2回に大掃除することをお勧めしています。いらないプリント類を捨てたり、部屋を整理整頓することで新しい生活が始まる 것을実感できるはずです!



### 1学期の復習、2学期の予習の作戦を考えてみよう!

#### 【1学期の復習】

2学期が始まった最初の1週間でロケットスタートの準備をしましょう。先月号にも書きましたが、1学期の復習動画を全部見ても1科目30分程度です。もしくは、忘れてしまっているところを探すために、指導書の巻末にある「単元チェックテスト」を使ってみましょう。ストップウォッチを用意して時間を決めてテストの様に行つてみてくださいね。教科書の中の大事な問題を抜き出しているので量的にはさほどありませんがテストによく出る問題ばかりです!



#### 【授業の予習】

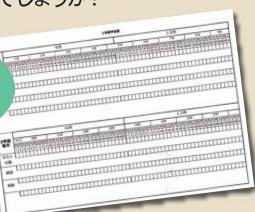
新学期に合わせてノートとノートの書き方を新しくしてみてはどうでしょう?まず、明日の授業の予習をタブレットプラスを見て行います。大事そうだなあと思ったところや、そうなんだと驚いたところでも構いません。何か自分の中でおっ!と思ったところをノートの右側にキーワードだけ書き出しましょう。そして翌日、授業中に習ったことと、キーワードを結び付けて自分だけのなるほどポイントを作つてみましょう。オリジナルノートが出来ていく快感とびっくりするほど覚えられる感覚を是非味わってみてください!



#### 【予定表を作ろう】

2学期は学園祭、体育祭、部活動の大会、遠足とたくさんの行事がありますよね。次から次へとやってくる楽しい行事ごとに合わせて、学校の授業もどんどん進んでいきます。この4か月間を引いた目標で、いつ何があつてどれくらい忙しくなるのかをこの9月頭に理解しておく必要があります。そこでサンエールが開発した2学期予定表を使ってみてください!週末にご家族で部活の予定や、中間期末の日程を把握しあう家族会議を行つてみてください。一緒にシルバーウィークの予定を立ててみるのはどうでしょうか?

ニュースレターと一緒に同封しているから使ってみてね!



2学期予定表フォーマット

# デジアナ学習法 タブレットプラスを使いこなす方法とは?

## 1. 目的に合わせて画面上部のアイコンを使いこなそう!

教科書対照表を使って授業範囲を確認する

重要語句をノートにまとめる



解説を見る

重要語句を  
ノートにまとめる

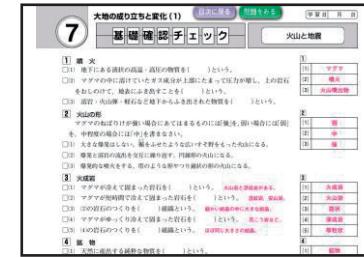


問題を見る

生徒用指導書と同じ問題が表示される

答えを見る

すぐに答えだけ  
知りたいときに



## 2. 明日の予習をやってみよう



予習をするのに教科書を眺めているだけでは頭に入ってこない。  
問題に対する解説動画を見ることで、問題文と解法を理解、  
記憶することができる。とりあえず少しづつ、繰り返し見ることがポイント。

みてみよう

簡単に予習ができる時短テク

5分前後に収めている動画を空いた時にみるだけ



黒板の板書のスペース

予習メモで効果大!

見終わったら、大事だと思ったポイントや、感じたことをノートの右ページにメモを取ってみよう。明日の授業に備えると当日の授業の理解度が格段に上がるはず

## 3. 学校に学習カリキュラムを持ってこよう!



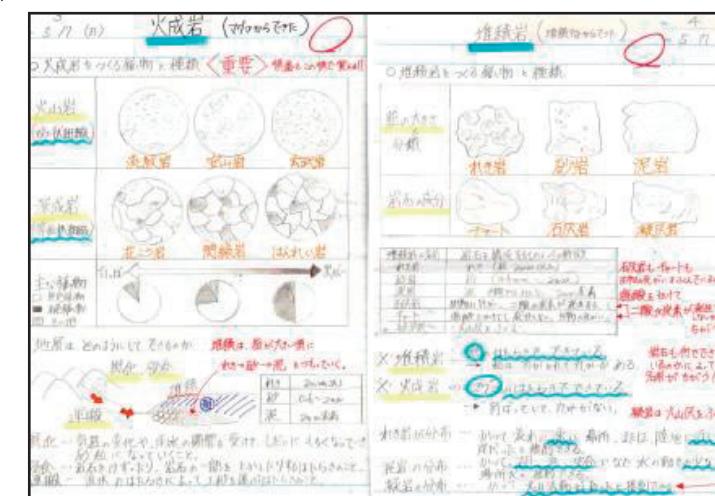
実験・観察ムービー一覧へ

学校に学習カリキュラムを持ってこよう。  
明日は授業でどこをするのか先生に見せて教えてもらおう。  
先生に授業の進み具合を週1回確認することで、テスト範囲がどこまでなのかを早く把握することができる。



## 4. 授業の受け方を変えよう!

(タブレットプラス会員)のノート



### ノート作成法 一例

- 授業中は先生の話に集中し、ノートは走り書きで読めたらOKのレベルで記入する→家に帰ってからタブレットプラスを併用しながらきれいにまとめなおす。
- 黒板をすべて移すのではなく、大事なポイントだけ書いて先生の話に集中する
- 予習メモを準備して授業を受けて足りない部分だけ補足記入して授業に集中する

学校の先生にも見本にさせてとお願いされている歩美ちゃん  
(タブレットプラス会員)のノート。こんなノートが作成できれば見直すときにとても見やすい。

## 5. 復習は手で書いて答え合わせはタブレット



手で書くことはとても大事。必ず問題集をノートやルーズリーフに書き出して問題に挑もう。  
解き終わったら動画解説で答え合わせをすることで、途中式や文法、重要語句の理由や意味まで合わせて学ぶことができる。

タブレット活用術

テスト前に、覚えたいページ(解説のページなど)のスクリーンショットを撮影して、タブレットの待ち受け画面にすればいつでも見れる状態が作れるよ!



# サンエールの本棚



あゆみちゃんのおススメ!

都会のトム&ソーヤ

著者:やみねかおる/講談社文庫

おススメの本です!ゲームを作るために、冒険する話。読み始めると止まらない!!



チューーター・ツヤのおススメ!

老人と海

著者:ヘミングウェイ/新潮文庫

アメリカとキューバの国交回復がニュースに取り上げられていますが、そのキューバーが舞台になっているヘミングウェイの代表作です。漁師をしている老人、老人と関わる少年、苦心しながら釣り上げる大きな魚を軸に物語が進みます。登場人物の心情が豊かに描かれていて世代を問わず読みやすい作品です!



アドバイザー伊藤のおススメ!

学力の経済学

著者:中室 牧子/Discover

教育経済学者という立場から「こどもをご褒美で釣つてもいいのか?」「他人の成功体験はわが子にも活かせるのか?」気になる「エビデンス(科学的根拠)」が、たくさん載っています!

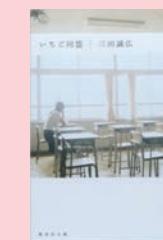


教務課山根のおススメ!

いちご同盟

著者:三田 誠広/集英社文庫

将来が見えず、生きることに疑問を持つ主人公が、野球部の友人や不治の病の少女に会って「生きることを知る物語です。中学三年生という多感な時期の主人公が経験した恋愛・友情関係・両親への思いが読みやすい文章で構成されています。家族全員で読める一冊です!



今月のおススメ!

## bookworm 本の虫 02

先日、友人のプレゼントを探しに、買い物に出かけた。店を3軒くらいまわってみたが、これというものがなかなか見つからず、結局、家のPCでネットショッピングすることにした。

大手サイトで商品を見ていると、画面下に「この商品を見ている人はこの商品にも興味を持っています」と新たな商品を見つけた。その商品をクリックすると、作っている店の特集ページにたどり着いた。なるほど、こんな店があるんだなあと初めて知り、気になっていたのでその店を検索してみた。すると、その店の特集をしているドキュメンタリー番組の動画を見つけた。観終わると下の動画も気になる。再生してみると自分の好きな歌手が登場している。そしてその歌手の…。完全に最初の目的を見失っている。多分、これが俗にいう「ネットサーフィン」というものだろう。

この間、大好きな作家の本を読んだ。最後にその作家のおススメの本の一覧があったので眺めていると、気になる本を見つけた。大好きな作家のおススメなら間違いなはず!と思い、さっそく電子書籍リーダーで検索をしてぽちっと購入した。やはりとても面白く、読み進めしていくと、自分の知らない小説家の本の話が出てきた。

読み終わって、小腹が減ったのでコンビニに行くことにした。帰り道にある行きつけのBOOKOFFで、さっきの小説を100円コーナーで探す…これを巷で噂の「ブックサーフィン」ということにしよう。

人に勧められて読むのに抵抗がある人には、「ブックサーフィン」をお勧めしたい。自分で掘り当てた、見つけ出した感覚がなんともいえない満足感をもたらしてくれる。

友人のプレゼントは依然見つかっていない。その友人はサーフィンをするので、この説明をしてから本でも渡そうかと思う。

# DO IT YOURSELF! 本棚をつくってみました!!



教室に本棚を作りました!憧れは壁一面の本棚です。できたものを買うと結構なお値段になるので、自作してみることにしました。ブロックと板を重ねるだけの簡単なモノですがお気に入りです♪総額5000円弱できましたよ!ハリキリすぎて余分なスペースがたくさんできてしましましたが…。本が増えればどんどん上に高くしていこうかと思います!

読書部員を大募集中! LINEでsunnyellhomeをID検索

面白い本に出逢えた時、みんなに教えてあげたい!そんな気持ちになることってありませんか!?何を読んだらいいか分からない…、そんなに読まないけど、好きな本はある。漫画ならあるけど…そんな方でもOKです。ご連絡お待ちしています!!

今月のおススメ!

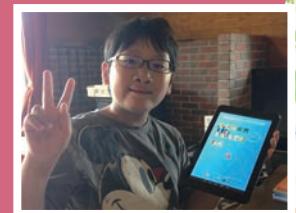
タブレットプラスをご利用いただいている会員様から

## たくさんのお客様の声が届いています!



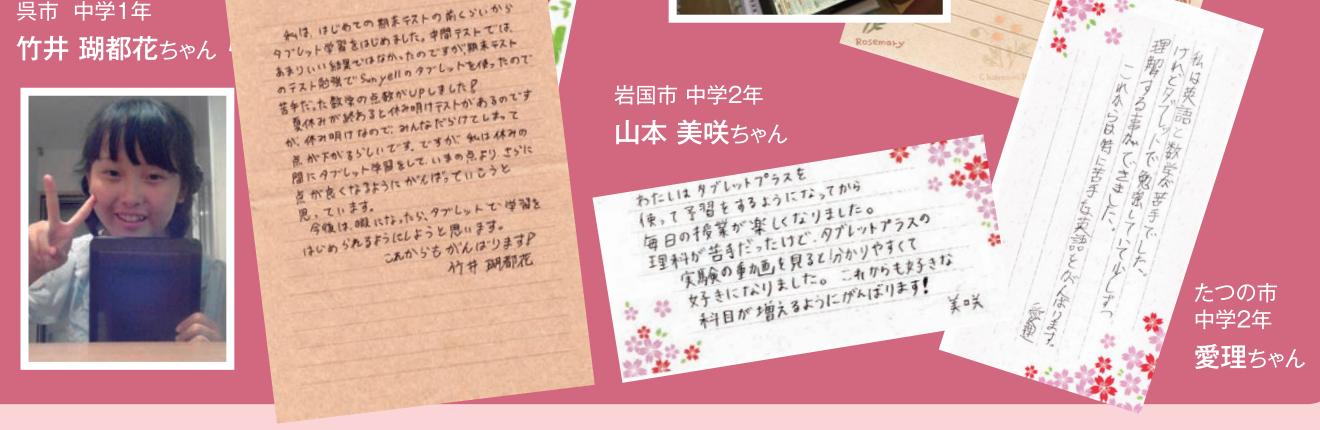
総社市 中学1年

秋山 晃太くん



吳市 中学1年

竹井 瑞都花ちゃん



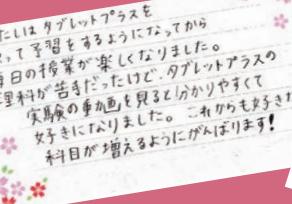
広島市佐伯区 中学1年

川野 裕美ちゃん



岩国市 中学2年

山本 美咲ちゃん



たつの市 中学2年  
愛理ちゃん

## 〈自宅模試〉のご案内

〈自宅模試〉とは、好学出版と連携して、自宅で受験できるコンピュータ診断テストです。テストは教科別に受験でき、授業の進み具合に合わせて問題をセレクトできます。

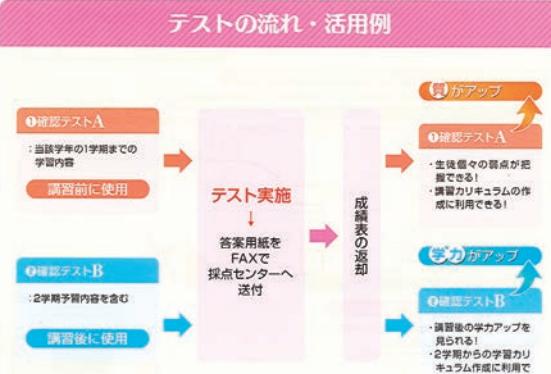


## 〈自宅模試〉はこんな方におすすめ!

○塾に通っていない方。

○自分の得意単元を知りたい方。

○現時点の全国規模の偏差値を知りたい方。



## 〈自宅模試〉の流れ

郵送でテストを郵送致します。受験要綱に従って、〈自宅模試〉を行って下さい。返信用封筒で、答案用紙を返送してください。コンピュータ診断後、成績表を郵送もしくは、ご持参致します。

弊社教務課より、電話もしくは訪問にて、学習アドバイスを行います。

お電話で〈自宅模試〉をお申込み下さい! フリーダイヤル  
0120-771-573

【料金】1教科1000円 5教科の中から好きな科目を選んでいただけます。

【注】個人成績表に表示されるあなたの順位・偏差値は、塾や試験会場で、すでに実施された受験者の中で、あなたの得点に対応する受験者の順位・偏差値が表示されています。したがって、今回のあなたの得点データや志望校データは実際に実施されたデータには算入せずに処理をおこなっていますので、実際の受験者数・偏差値・平均点・志望校別志願者数等のデータには含まれません。

