

安二中進路だより

安積第二中学校進路指導部

《福島県立高等学校入試問題集について》

福島県立高等学校の過去の入試問題集の購入案内です。2種類の案内がきましたので、お知らせします。

① 福島県立高等学校 入試問題集 福島県教育会館発行

- 過去3年分の福島県立高校入試問題集です。
- 過去3年分の英語リスニングCDが付いています。
- 詳細な解説付きです。
- 実際の高校入試と同様の解答用紙が付いています。

1冊740円

② 福島県公立高校入試入試過去問題 東京学参発行

- 過去5年分の福島県立高校入試問題集です。
- スマホでも聴ける英語リスニング問題の音声データ対応です。
- 出題傾向の分析と合格への対策が掲載されています。
- 理解が深まる詳しい解説付きです。
- 解答用紙はダウンロードができます。

1冊1,210円

- ・上記①、②の見本を3年2組前廊下に置いておきます。購入を考えている方は、実際に手に取って見て決めてください。
- ・購入希望者は、机の上に置いてある袋にお金を入れて、担任の先生に提出してください。
おつりがないようにお願いします。

〈 申込み方法 〉

- ① ピンクの封筒 学年・組・番号・名前を記入
- ② 指定の封筒 必要事項を記入

(記入例)
3 1 3 3 安積 二郎

※校内締切 5月18日(火)

☆効率よく勉強するために☆

学習の効率を上げるためには、学習環境を整えることも大切です。姿勢にも気をつけて、学習に取り組んでみましょう。

○机周りを整理する

勉強机のまわりを整理整頓して、集中できる環境を整えましょう。特に娛樂物が机から見える状態にしておくと、気が散る原因になります。

例えばテレビやマンガ、ゲームやスマートフォンなどは、視界に入れないようにする。

筆記用具やテキストなど、勉強に関するものだけが目に入るようにしましょう。

○勉強する姿勢をつくる

学習効率を上げるためには、姿勢を意識することが大切です。以下のようなポイントをおさえた姿勢を意識しましょう。

- ・椅子に深く座る。
- ・机と体の間は握りこぶし一つ分空ける。
- ・背筋をまっすぐ伸ばす。
- ・ひざ下を床に向かって垂直に下ろす。
- ・お尻と背中が90度。

このような姿勢をとると、自然と胸が開き、深い呼吸ができます。深い呼吸は血行をよくできるため、脳に酸素が行き渡り、集中力アップが期待できるということです。また、正しい姿勢を保つことは、勉強による肩こりや頭痛を防ぐ効果もあります。

