

FCIでは祈りから授業が始まる

1 祈りでやる気を出す。計画を実行する。

- ①やる気がなぜ出ないのか？
- ②自分に高いプライドを持つ（セルフイメージを上げる）。目標を持つ。

目標を無意識下に落とし込む(念ずれば花開く)

- ①寝る直前に未来の自分を映像でイメージする。
- ②ぶつぶつ独り言をいう。お札を貼る。
- ③目標を熱く人に語る。
- ③トラウマ（過去の失敗）から

アドラーの引き寄せの法則(量子力学による思考の物質化)へ

2 段取りを立てるだけで合格率 50%アップ

- ①夏休みの計画を立てる。
- ②同じテキストを3回繰り返す

- ・計画を立て実行する。(念じても花は開かない)
- ・目標校合格のゴールがはっきりと目に見えてくる！！

3 FCIの3つの成功習慣(行動を習慣化する→自動的に成績が上がる)

- ①8時が来たら勉強を開始する。
- ②宿題は絶対にしてくる。(自分に嘘をつかない勉強)
- ③難しい問題は3回繰り返す。

喫緊の問題

スマホ・ゲーム機の依存

- ・連続1位の生徒がご褒美でゲーム機(タブレット)購入→突如25位に下落
- ・四国新聞の特集記事
- ・**脱スマホで偏差値10向上**
- ・スマホ・ゲームは1時間以内なら、影響なし

受験生の夏休みは、1日8時間の勉強が当たり前 (塾で朝2時間、昼2時間勉強する！)

夏休みには特別な意味がある。それは自由な時間があるということです。いつもは学校の勉強や部活で自分の時間がない。しかしこの1ヶ月は、自分の時間がたっぷりあるということだ。この時間をどう生かすかで、9月からの学力が一変する。

不得意科目を毎日少しずつ克服しよう。1日3ページなら30ページの問題集を3回繰り返せる。不得意科目1科目につき、1日+3時間は勉強したい。3時間は長いと思う人がいるかも知れないが、**受験生は1日8時間勉強するものだ。8時間といっても残り16時間もある。どう考えても4時間は遊べる。**

塾長には、高校1年の時になんと500番前後の成績から、夏明けの実力テストで数学3番になった経験がある。その代わりに数学だけ夏休みに毎日3時間~4時間勉強した。**勉強とは、困難な目標を立て実行し達成することだ。その経験はきっと君達の未来に役立つ。**

1科目1日プラス3時間の勉強

1日8時間の勉強は夏休みにしかできない

1点突破

この1ヶ月で**やったという実感が欲しい。**
そのためには、1科目に集中するしかない。

何をするか

①成績の優秀な生徒は**苦手科目**を克服する。得意科目を伸ばしても点数的には大きな伸びを期待できない。

①どの科目も成績があまり良くないケース。この場合には自分の**好きな科目**を伸ばすべきだ。好きで興味を持てる科目の方が成績は上がる。

その科目だけにプラス3時間

ではその1科目に何時間勉強すれば、目に見える結果がでるか。3時間だ。**その科目だけ1日3時間以上、勉強しないと成績の劇的向上はない。**

プラス3時間をどこで作るか。

■「受験生」は1日8時間の勉強するものだ。1日は24時間あるのだから8時間勉強しても、4時間はどう考えても遊べる。ならばプラス3時間は当然可能だ。

■塾の夏期講習(自習)の**2時間**をこのプラス3時間に当てよう。そして**夜の1時間**で続きをやろう。これで3時間になります。もちろん、夏期講習がない土・日にもまずは**午前中に2時間**を攻略科目の勉強に充てよう。

3回繰り返す計画を立てる。(1回では効果は0)

■何時間勉強するかではなく、1日何ページ勉強するかの計画を立てる。目標は1冊の問題集を夏休み中に3回繰り返すことだ。**1回やっただけでは効果がない。**

続ける技術

①計画を立て直す

■ 1日3時間以上勉強しても計画を100%実行するのは難しい。そのときには計画を立て直す。例えば**日曜の夜ごとに、計画を立て直す**。そのたびに**計画は自分に合った計画に進化する**。

②8時には、勉強開始の習慣。

■これは、**恐ろしい習慣**だ。この習慣がいったん身に付くと、あなたは8時がくると、自動的に机に座り集中して勉強を開始します。8時がきてテレビを見ていると気分が悪くなる。

8時に机に座ると気持ちが落ち着き、気分がいい。**勉強ができる人は、そういう人だ**。頭がどうのこうのという前に勉強の習慣があるかどうか**重要**だ。

③勉強しやすい環境づくり

■机の上を整理すること。机の上に漫画あるとか、ゲーム機があるとか携帯があるのはダメです。携帯を持っている人は電源を切る。勉強部屋は勉強のための部屋。誘惑物は全て排除しよう。

(東大生の6割以上が自室では勉強していなかった。)

スマホ・ゲーム機は成績を急激に落とす