

夏休み特集

商学部 Wさん

性別：女/高校：東京都公立/社会：日本史・倫政/理科：物理基礎・化学基礎

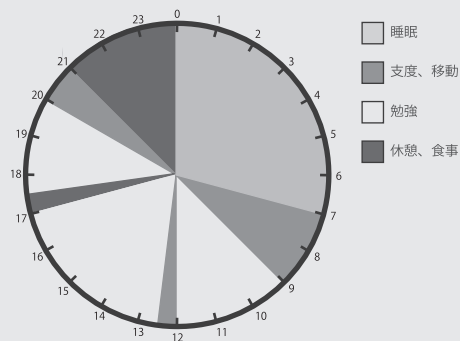
Q 夏までは何してた？

夏休みの勉強効率を上げるべく、教科書の振り返りや基本問題の演習などを通して自分の苦手分野を把握し、放課後4時間程度は机に向かっていました。

Q 夏の目標は？

英語や数学、国語の基礎固めが目標でした。数学は1学期の間に網羅系問題集をやりこんでいたので、応用問題も解けるようにすることを目標にしました。

★ 1日の過ごし方



勉強編

Q 何を勉強してた？

英語は長文問題を解き、次の日に答えを見ながら読み直すことを繰り返していました。また、あやふやな英単語をなくすために英単語帳を何周もしました。数学は、過去問の中のいわゆる奇問や難しすぎる問題は解かずに、典型問題だけを2周しました。間違えても気にせず、よく出る問題の形を覚えることを意識しました。国語は、漢字や古文・漢文の基礎を定着させるために単語を覚えたり、問題集を解いたりしていました。他にも、学校の講習を利用して一橋の過去問をいくつか解き、特に200字要約を書き慣れることに注力しました。また書いたものを学校の先生に添削してもらい、客観的な意見をもらっていました。二次試験の社会科目だった日本史は、高2で習った近現代の部分を教科書の隅々まで読んで暗記しました。理解度のチェックとして共通テストの過去問を利用していました。

Q どう勉強してた？

徹底的に英語や数学、社会の基礎に取り組み、社会は既習範囲の抜けをなくすことを目標に暗記を進めていました。その中でも二次試験の配点を考え数学と英語になるべく時間を割きました。数学に関してはある程度の計算力が必要なので、計算量の多い微分積分や数列を毎日最低1問は解いていました。どの教科も頻出範囲は抜けがないよう基本問題を繰り返し解いて重点的に対策をしました。また共通テストの理科基礎は配点が高いので、毎週時間を決めて教科書を読んだり暗記事項をまとめたりして少しずつ準備を進めました。

生活編

Q 成功点、失敗点は？

毎日勉強内容を考える時間を設ける必要がなくなるので、事前に1日単位の計画を立てることをおすすめします。ただ非現実的なノルマを設定すると計画通りにいかず、自己肯定感が下がるので注意が必要です。

Q 勉強以外は何してた？

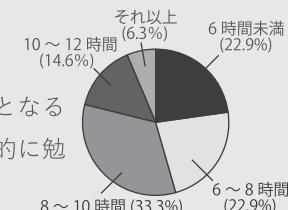
夏は外の暑さと室内の冷房の寒暖差で無意識のうちに疲れが溜まってきます。そのため私は最低6時間は寝るようにしていました。普段より長く勉強するためには心身ともに健康に過ごすのが何より大切です！

Q モチベの上げ方教えて！

合格発表で自分の番号を見つけ自分の大切な人たちが喜ぶ姿と、春には桜が、秋にはイチョウがきれいな国立で素敵な大学生活を送る自分を想像して、明日も頑張ろうと意気込んでから寝るようにしていました。

Q 夏休みはどれくらい勉強してた？

受験の天王山ともいわれる夏休み、ここでどれだけ勉強できたかが合否の鍵となるのは間違いありません。生活リズムを整え毎日まとまった時間とって効率的に勉強し、息抜きとのメリハリをつけることが合格への近道となるはず！



経済学部 Hさん

性別：男/高校：愛知県私立/社会：日本史・倫政/理科：生物基礎・化学基礎

Q 夏までは何してた？

放課後に塾に直行し、数学と英語は応用性を上げるべく問題演習を行い、苦手だった国語は共通テスト対策を重視しつつ記述問題も解いていました。

Q 夏の目標は？

日本史は通史を終え既習範囲を共通テスト形式で解けること。古文は文法や単語を仕上げ内容把握できること。英語は説明問題の精度を上げること。

★ 1日の過ごし方



勉強編

Q 何を勉強してた？

英語は、長文読解の添削、説明問題や和訳問題の改善点の分析、1週間後の解き直し、を繰り返しました。和文英訳と自由英作文は書いたあとに模範解答の使いそうな表現を覚え、リスニングは毎日のオーバーラッピングとシャドーイングで耳を慣らしました。数学は、一橋以外の過去問も解きました。答案の添削で記述の曖昧さを指摘されることがあり、採点者に伝わる答案の作成を意識しました。問題は極力自力で解くようにし、大問1つに90分近く費やすこともありましたが。日本史は、単元ごとに問題集を繰り返し、論述も教科書などを参考にじっくり解くことで内容が自然と頭の中に叩き込まれました。現代文は、記述中心の演習を行っていました。古文は、頻出の古文単語や漢文句法を少しずつ復習し、共通テスト用の問題集を反復し多くの文章に触れることを意識しました。

Q どう勉強してた？

共通テストのみの科目は秋まで手をつけていませんでした。勉強時間の配分は、英語35%、数学30%、日本史20%、国語15%でした。一橋オープンが秋にしかないため、東大の冠模試を受けました。英語と数学は偏差値60以上を1つの目標にしました。英語の伸びがイマイチだったため、夏休みが進むにつれて英語を重点的に勉強するようにしました。日本史と国語に関しては進捗よりも正しい解答を書くことを重視しました。数学は好きな教科であるため他教科の箸休めにしていました。

生活編

Q 成功点、失敗点は？

映像授業の塾に通っており、勉強内容の配分を自分で決められたのが成功点。一方、午前中を有効活用できなかったのが最大の失敗点。ただ、その分昼過ぎから夜にかけてしっかりやるようにしていました。

Q 勉強以外は何してた？

家だと気が散ってしまうため、勉強は必ず外でして家は休憩と睡眠のための場所にしていました。寝たい時間に寝て起きたい時間に起きていましたが、体を壊すこともなく夏休みを過ごすことができました。

Q モチベの上げ方教えて！

勉強系YouTuberの配信でコメントを見て、勉強を頑張っている人がたくさんいると感じ、やる気を出しました。また塾の先生の提案で東大形式の問題に触れたことで一橋の問題への抵抗が減りました。

法学部 Hさん

性別：女/高校：新潟県公立/社会：世界史・日本史/理科：生物基礎・化学基礎

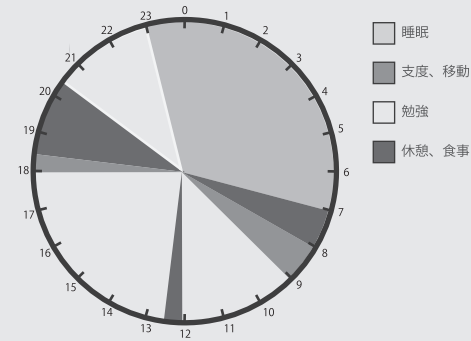
Q 夏までは何してた？

国語・数学・英語は基礎は解ける、社会は既習範囲に不安あり、理科基礎は一通り解きました。部活引退後は平日5時間、休日10時間ほど勉強しました。

Q 夏の目標は？

国語・数学・英語は基礎を完璧にし記述に対応できるように。社会は通史を終わらせる。2,3年分一橋の過去問を解いて傾向を掴み方針を立てる。

★ 1日の過ごし方



勉強編

Q 何を勉強してた？

国語は古典を中心に、共通テストの問題でわからなかった単語をまとめ、理解が不十分な文法や句法を確認しました。現代文は二次試験と共通テストの過去問を解いた程度であまり時間は割きませんでした。数学は毎日5問くらい少し難しい問題を解いていました。またベクトルが苦手だったので教科書や問題集の問題を一通り解きました。過去問は時間を気にせず解いて、自力で解答を作るようにしました。英語は毎日1時間くらい英単語を暗記し、1,2問長文を解きました。自分の答案と模範解答を見比べ、過不足ない答案となるよう心がけました。社会は教科書などを読み問題集を解くことを繰り返しました。二次試験で使う科目と共通テストだけの科目の勉強量は同じくらいでしたが、日本史は二次試験で使うため教科書や史料集をより注意深く読むようにしました。

Q どう勉強してた？

国語・英語・社会は基礎重視で、基礎が身についていた数学は応用重視で勉強しました。夏休みの初めごろに過去問を一通り見て、出題傾向をある程度把握しました。数学・英語は早い時期からの勉強が必要なため、夏休みにしっかり勉強しました。勉強時間の配分は国語10%、数学35%、英語35%、社会20%くらいで社会が少なくなってしまいました。二次試験の過去問は社会以外の科目を8月下旬からそれぞれ2年分解き、共通テストの過去問も夏休み中に一通り解きました。また模試は記述問題は失点部分の確認を中心に復習も適宜行いました。

社会学部 Iさん

性別：女/高校：東京都私立/社会：日本史・地理/理科：生物基礎・化学基礎

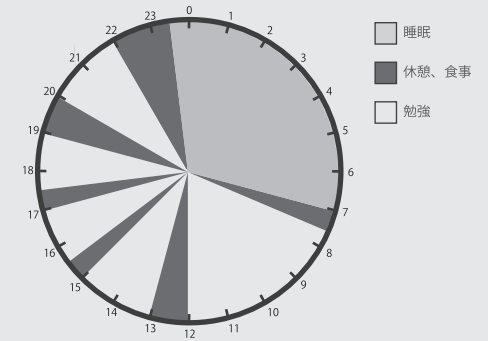
Q 夏までは何してた？

学校をベースに勉強しており、日本史の現代史を除いた全ての科目で基礎知識を一通り得ていました。平日3~4時間、休日7時間程度の勉強量でした。

Q 夏の目標は？

秋から過去問対策を行えるよう、知識の定着を図ること。苦手な数学は基礎に注力しましたが、得意だった日本史・国語・英語は論述対策も進めました。

★ 1日の過ごし方



勉強編

Q 何を勉強してた？

数学、英語、日本史、国語の順で勉強時間が多かったです。数学は1日の大半を割り基礎的な解法を確認しながら問題集を進めました。また塾を活用し応用問題ポケをしないよう努めました。英語は単語を固めるために2冊の単語帳に毎日1~2時間繰り返し取り組みました。文法や語法は学校の教材や参考書を使って復習し、二次試験レベルの長文読解問題を2日に1問程度解いていました。日本史は夏前から進めていた過去問演習を継続しつつ単語は一問一答を移動時間などに見直し、基礎事項は学校の講習で確認しました。国語は過去問や過去問レベルの問題を進め、学校と塾で添削をしてもらいました。古文・漢文は得意だったため、単語帳をざっと見直す程度に留めました。共通テストのみの科目の勉強は、地理の参考書を読み込むこと以外は共通テスト直前期に回すことを決めていました。

Q どう勉強してた？

1日のうち、午前中は数学、昼から夕方にかけては英語、そのあとは日本史・国語、寝る前に英語・日本史の暗記の確認と勉強計画の修正・振り返りをしました。英語は夏休み全体を通して、毎日単語を覚えたあと文法・語法の確認をして長文読解を行うサイクルを繰り返しました。数学は7月と8月で使用教材を変えて基礎的な事項を確認しました。国語はあまり時間を割きすぎず、中でも論述対策をメインに行いました。日本史は夏休みを通して基礎知識を確認しながら過去問演習を進めて対応力を上げました。

生活編

Q 成功点、失敗点は？

英語と数学は基礎の徹底が実を結び、夏明けの過去問演習が楽になったことが成功点でした。失敗点としては家で勉強することが多く勉強に対するモチベーションが下がりがちだったことと、1日の勉強時間が7~9時間と圧倒的に少なかったことです。

Q 勉強以外は何してた？

塾が少し遠かったのとコロナ対策のため、塾の講習がある日以外は家にいました。朝7時まで起きることを徹底し、自分の部屋、リビング、自習室と勉強場所を変え集中力を保つようにしました。夏バテ防止のため少し散歩をし体を動かしていました。

Q モチベの上げ方教えて！

3月10日の合格発表で喜ぶ瞬間を何度も頭に思い描いて、実現させるという思いを強く保っていました。また、好きなアーティストが努力する姿に憧れをもっていましたが、受験生活で勉強を続けるメンタル維持につながったと思います。

SDS学部 Iさん

性別：男/東京都私立/社会：世界史・地理/理科：地学基礎・生物基礎

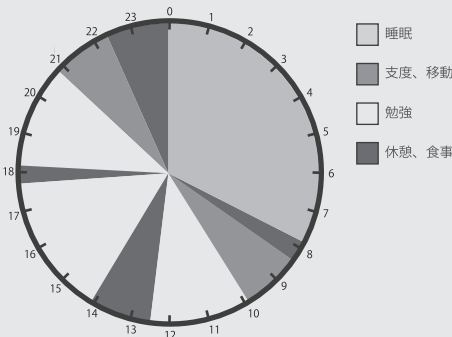
Q 夏までは何してた？

1日3~4時間勉強していました。数学は応用問題が解ける程度、英語は基礎がまだ不十分な状態、英語・数学以外は手をつけ始めたばかりでした。

Q 夏の目標は？

数学は応用力の定着と得点の安定化を、英語は単語や文法の定着を、英語・数学以外は1つの参考書を1~2周することを目標としました。

★ 1日の過ごし方



勉強編

Q 何を勉強してた？

科目ごとにすることを決めて表にし、飽きたら別の科目に乗り換えて気分転換しました。自分の勉強量が目に見えるので楽しかったです。ただ絶対に終わらない量は最初に設定しない方が良いです。数学は基礎的な参考書を複数利用し、身につけた基本事項を使えるか確認しつつそれらの応用例を学びました。経験していないと解くのが難しい応用問題もあるので、基礎が終わったらどんどん経験を積みました。英語は文法や単語はそれぞれ自分で決めた範囲を夏休み中に終わらせ、塾では読解練習をしました。現代文は勉強せず、古文は文法書と単語帳を1冊ずつ終わらせ、漢文は1冊の参考書を数周しました。理科は夏の間参考書で基礎知識をつけて、夏以降の問題演習に備えました。社会は他の教科の合間に流れがわかる参考書や一問一答を進めました。

Q どう勉強してた？

数学は何を導くための操作か全て理解し、再現できるまで解説を読み込みました。英語は不明な単語をまとめつつ、流れや構造を意識し文章を読み進めました。また、毎日必ず長文を読み英語に慣れるようにしました。現代文は配点が低くかつ伸びにくいいため手をつけず、古典は文法事項が完璧になるよう勉強しました。英語同様に継続的に進めると良いです。理科は演習に向け参考書を読みました。社会は1冊に全てまとめた参考書を使い、世界史は時代の流れを、地理は因果関係を意識して読み進めました。苦手な人は数学と交互に勉強すると良いです。

生活編

Q 成功点、失敗点は？

模試の結果が良かったのでモチベーションが高く、科目別に勉強量を可視化して進捗が感じられたのは良かったです。友人と勉強したり体を動かしたりすることでストレスなく過ごせました。ただ、寝坊した日在家でだらけてしまったのは反省点です。

Q 勉強以外は何してた？

勉強の息抜きとして、サッカーやゲーム・ドラマ鑑賞・YouTube視聴などをしていました。また、勉強合宿として友人の別荘に行ったのも良い思い出です。生活リズムを崩さないよう、睡眠もしっかりとるようにしていました。

Q モチベの上げ方教えて！

合格後の自分を想像し人生を前向きに捉え、勉強に意義を感じることで。また、成績や勉強量を周りに褒めてもらうことも有効です。メンタルを良好に保つためには、友人と励まし合うことと無理して勉強しないことが大切です。