

夏休みの過ごし方

Nさん

学部：商 / 性別：男 / 高校：千葉県立佐倉高校
社会：日本史・倫政 / 理科：地学基礎・生物基礎

1日のルーティーン

4:00	6:00	8:00	10:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	22:00	24:00
睡眠	支度	勉強	食事	勉強	食事・休憩	睡眠				

Q 1か月のスケジュールは？

まだ勉強し始めていなかった倫理、政治・経済の基本単語を7月中旬に覚え、8月の最初の3週間ほどで一橋の二次試験に向けて記述形式の問題演習を行い、また、苦手であった共通テスト形式の古文の演習を2日に1回の間隔でやることにしました。そして、8月の最後の週では実際に一橋の二次試験の過去問を解くという計画を立てました。一橋の二次試験の問題を夏休み中に解こうとしたのは、夏休み中に培った力を確認し、9月からの具体的な勉強方針を立てるためです。

Q 何を勉強していた？

共通テストのみで使う科目は共通テストの過去問を抜粋した問題集を用いて勉強していました。二次試験の対策として、英語では毎日700単語ほどの英文を読み、数学は標準的な問題が掲載されている問題集を使い、特に頻出分野の整数と確率は何度も復習しました。そして、国語では漢字の暗記と記述式の問題集を用いました。また、学校で配布された共通テスト形式の問題集を学習しました。日本史では、江戸時代以降の問題を中心に他大学の論述の問題を解いていました。

Q どのように勉強していた？

国語では要約、数学では整数と確率、英語では長文読解、日本史では論述問題に重点的に取り組みました。要約や論述問題では1日1題解くようにし、塾の先生に添削をしていただき、足りなかった要素、覚えていなかったことを確認していました。数学では解答できなかった問題のみ、何度も解き直しました。そして、英語では1日1文必ず読み、解き終えたものは何度も音読していました。音読することで、速読だけでなくリスニング対策にもなりました。

Q 達成度合いは？

共通テスト対策として夏休み中に倫理、政治・経済の基本単語を覚える計画でしたが倫理分野のみしか覚えきれず、古文の対策も2日に1回やる計画でしたが二次試験の対策を優先した結果、1週間に1回ほどしかできませんでした。しかし、二次試験の対策は計画通り進めることができ、8月最後の週では過去問に触れることができました。私は、1日にやろうとしたことが多すぎたために、やりきれず不安やストレスを感じていました。計画を立てるときにはやり切れる量にするべきでした。

- 受験生にとって夏休みは、まとまった勉強時間を確保できる大事な機会です。しかし、自由な時間が多
- いため、どのように過ごしたら良いかわからないという方も多いのではないのでしょうか。このページで
- は、夏休みのスケジュール、実際の勉強内容や勉強方法、達成度合いについて各学部ごとに紹介してい
- ます。現役一橋生の夏休みの過ごし方を参考にして、最高の夏休みを過ごしましょう！

Fさん

学部：経済 / 性別：男 / 高校：仙台二華高等学校
社会：日本史・倫政 / 理科：地学基礎・物理基礎

1日のルーティーン

4:00	6:00	8:00	10:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	22:00	24:00
睡眠	支度	勉強	食事	勉強	食事・休憩	睡眠				

Q 1か月のスケジュールは？

夏休みは二次試験で使う全ての科目について塾の過去問演習講座を取り、演習と添削、解説授業を10年分取り組みました。これを通して、一橋の傾向を把握し、記述力の養成や夏までに養成した基礎力の再確認を行いました。その他、英語と日本史で学校の課外講習を取ったほか、数学は参考書1冊を終えるのを目標にしました。しかし、スケジュールを立てることが苦手であったため、夏に過去問10年分取り組むこと以外は特に計画は立てていませんでした。

Q 何を勉強していた？

英語は、過去問を中心に学習を進めるとともに、夏休み前に一周した単語帳をもう一度周回しました。また、学校の課外講習で記述力を付けるとともにさまざまな学習アドバイスを得ていました。数学は過去問の他、文系の難関大対策用の問題集に着手し、解法のアウプットの練習を行っていました。国語は過去問演習を行い、一番苦手な要約問題に特に集中しました。日本史は過去問演習の他、教科書の精読、用語集に載っている歴史用語の説明の理解を行っていました。

Q どのように勉強していた？

英語について、長文は段落ごとに筆者が言いたいことに注目しました。英作文は模範解答を暗記し、段落構成や表現を学びました。数学のわからない問題については、解法の指針を見て再挑戦し、模範解答と比較しました。国語は過去問以外はほぼ学習していませんでした。日本史では、自分なりに知識をノートにまとめました。また、学校の課外講習では、論述問題の解答の方向性をグループで議論しました。普段の自主学習と違い、新たな発想が得られ、リフレッシュにもなりました。

Q 達成度合いは？

過去問10年分を解き終わったのは9月に入ってからで、目標の夏休み明け(8/20ごろ)には間に合いませんでした。数学の問題集や英語の単語帳については継続的に取り組みませんでした。スケジュールを立てるのが面倒で、スケジュール帳などは使っていませんでしたが、活用していた方が継続的・効率的な学習ができていたのではないかと思います。また、初期は受験生モードになかなか切り替えられなかったことも計画を遂行できなかった理由の一つだと思います。

Iさん

学部：法 / 性別：女 / 高校：私立南山高校女子部
社会：日本史・倫政 / 理科：化学基礎・生物基礎

✂ 1日のルーティーン

4:00	6:00	8:00	10:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	22:00	24:00
睡眠	支度	勉強	食事	勉強	睡眠	勉強	勉強	食事・休憩	睡眠	

Q 1か月のスケジュールは？

日本史の通史を終わらせることと、塾の講習のため自習時間が短くなることを念頭に置いて計画を立てました。英語は毎日学習することが大事だと思い、特定の目標は立てませんでした。強いて言えば、単語帳は夏休み中に2周しようと考えていた程度です。数学は最後の基礎固めとして苦手分野を夏休み前半で終わらせる計画を立てました。共通テストでしか利用しない理科基礎は既に範囲を終えていたため、問題集での復習にとどめることとしました。

Q 何を勉強していた？

英語は塾の教材を使用していました。数学は最後の基礎固めとして参考書を用いて演習を行うと同時に、過去問も解き始めました。古文・漢文、理科基礎などの共通テスト科目は学校で配布された問題集を使用して勉強しました。社会の第二科目もこの時期から勉強を始め、主に過去問、予想問題、市販の参考書や資料集などを使用して対策しました。日本史は映像授業を受講しながら、自主学习として教科書や単語帳などを用いていました。

Q どのように勉強していた？

英語は普段から長文問題を1日1題程度進めることはしていましたが、過去問演習はしませんでした。数学は得意分野である整数と確率の問題を1日1題は必ず解くようにし、夏休み中に20年分解きました。日本史は教科書に書き込む形で通学中や寝る前に暗記をし、通史などは自習室で勉強しました。また、塾の夏期講習を有効活用しようと考え、予習復習を徹底することで知識の定着を図りました。

Q 達成度合いは？

私は細かい計画を立てておきたい性格なので、夏休みの計画はタイムテーブルを用いて細かく決めましたが、焦ってしまうという短所があることも知っていました。そのため、週末は必ずフリーにしておいてその週の終わらなかつたことに取り組む時間として確保していました。そのおかげか計画は順調に進み、計画以上のところまで進むことができました。計画があると怠惰にならず、自分を律することができるので、余裕を持ちつつ厳しめに計画を作るのがポイントだと思います。

Nさん

学部：社会 / 性別：女 / 高校：広島中等教育学校
社会：日本史・倫政 / 理科：化学基礎・生物基礎

✂ 1日のルーティーン

4:00	6:00	8:00	10:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	22:00	24:00
睡眠	支度	勉強	勉強	食事	勉強	勉強	勉強	食事・休憩	睡眠	

Q 1か月のスケジュールは？

夏休み前に受けた模試の結果を反省したところ、数学が苦手な他の教科の足を引っ張っていたため、数学で応用問題が解けるようになることを目標としました。学校で開講されていた補習には自分が必要だと感じた倫理、政治・経済、数学、国語記述に参加したため、お盆で学校が休みになるとき以外は学校で補習の予習、復習を行っていました。1週間ごとに、今週は数学のこの範囲を完璧にする、問題集を終わらせるなどの目標を立て、朝に1日のやることもリストアップしていました。

Q 何を勉強していた？

国語は多くの大学の現代文の過去問が掲載されている問題集1冊を2周取り組み、秋からは過去問に集中するために、週に2,3回程度古典の問題を解きました。日本史はすでに学習していた範囲の記述を完璧にできるように過去問をこなしました。数学は発展問題が載った問題集を1周解き、整数や確率など頻出の単元を3,4周ほどこなしました。英語は1日ごとに過去問の長文と作文を交互に取り組み、他の共通テストのみで使う教科は授業や定期試験で完成できるよう意識していました。

Q どのように勉強していた？

地方出身で塾に一橋のための講座はなかったため、常に学校の図書室で勉強していました。夏休みは、国語、英語、日本史の過去問の添削を先生に頼み、特に日本史は1日に大問を1,2問解き提出できるように意識しました。夏前に受けた模試をもとに本番での目標得点を決め、達成するためには何をすれば良いかを考えました。個人的には質を求めるより、ある程度の量を求めることが大切だと思い、同じ問題集を何度も解き、過去問も受験前に20年分以上は解きました。

Q 達成度合いは？

基本的に設定した目標は達成できたと思います。特に数学は、夏まで解くことのできなかつた応用問題も過去問の頻出範囲であればかなり解けるようになりました。夏休みの失敗談ではないですが、受験勉強の失敗談として睡眠時間の確保がありません。勉強に量を求める性格から平日は6.5時間、休日は13時間勉強していたため睡眠時間が短くなりすごく涙もろくなって、自分で涙を想像したり、人から「悲しい」や「泣く」と言われたりしただけで泣いてしまっていました。ちゃんと寝よう！

Hさん

学部：SDS / 性別：男 / 高校：私立高輪高校

社会：日本史・倫政 / 理科：化学基礎・物理基礎

1日のルーティーン

4:00	6:00	8:00	10:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	22:00	24:00
睡眠	支度	勉強	食事	勉強	勉強	食事・休憩	勉強	勉強	睡眠	

Q 1か月のスケジュールは？

国語は、現代文の勘を鈍らせないように、週に2題国立大学の問題を解きました。古文・漢文は塾の講座以外では余力があれば取り組む程度でした。数学は暇な時に好きなだけ解いていました。英語は、勘が鈍らないように毎日長文に触れており、文法も8月中旬に復習しました。社会は二次試験にないため、時間をかけて勉強することはなく、8月下旬に近現代史の復習をしていました。理科は、7月中旬にひととおり復習したあと毎週センター試験の過去問を解いていました。

Q 何を勉強していた？

国語は配点が低く、時間を割くのは非効率だと考えたので古文漢文は夏期講習で触れる程度、現代文は要約を3日間で30問ほど解きました。数学は高2時点で一橋の過去問を解いていたため、数Ⅲを含め面白そうな問題を見つけては解いていました。英語は毎日国立大学の長文問題に触れるようにしていました。社会は近現代史を復習しました。近現代史は一つの大きな壁であり、ここで得た知識を秋冬に思い出すという形にしました。理科はほとんどやらず、夏休みの初めにひととおり復習する程度でした。

Q どのように勉強していた？

国語は毎週問題を解いては塾の先生に添削をしてもらっていましたが。特に要約を解いてこなかったため要約を多く解き、添削してもらっていました。数学は過去問が多く載っているサイトで面白そうな問題を見つけては解いていました。英語は毎週解いて添削をもらっていました。解いた問題はその週のうちに読み直し、英語のままで理解できるようにしていました。社会は塾の講座を利用していました。インプットをするのみで、アウトプットはあまりしていませんでした。

Q 達成度合いは？

今振り返ってみると決して良い夏休みではなかったと思います。塾の講座を多く取ってしまい、それらを復習する時間がほとんど取れませんでした。また質よりも量を優先するがあまり、理科と社会に関しては夏休みが終わったあとに身につけている知識は取り組んだ量と対してとても少ないものでした。また夏休みにやることを多く設定しすぎてしまったせいでほとんどのことを完璧に達成することはできませんでした。今思えばやることを絞っておけば良かったと思っています。