

受験生の心得1.

自分がわからない問題は他の子もわからない

これは直前に不安になったり、試験の最中によくあるトラブルの1つ。試験中の場合、自分の苦手な分野から出題され、焦りやパニックにつながることも。

入試は100点満点をとらなければ合格できないというわけではありません。わからない問題が出題されて当然です。そんなときは「自分が分からない問題は他の子もわからない」くらいの心構えが大切です。

受験生の心得2. 早起きは三文の得

入試は、朝早くから行われることが多く、実力を発揮するためには、早寝早起きが最も重要です。

早起きの原則は早く寝ることですが、朝が苦手という受験生には目覚めと同時に朝日を浴びるのが一番効果的です。

受験生の心得3. 焦ったら負け

受験生はみんな、これまで万全の準備をしてきたはずと仮定すると、受験生の間の実力はそれほど変わらないはず。ならば、決定的に差がつくのが精神面です。

これまで頑張ってきたという実績を自信とし、本番でこれだけは気をつけようと心構えを大切にすることで、こうした焦りは軽減されます。