

# TEAP裏ワザ特典資料 ※転載禁止

## 目次

### 初めに

- 1.受験勉強を始める以前の自分
- 2.上智を志望したわけ
- 3.上智合格のために時期ごと取った行動(勉強内容)
- 4.受験シーズンで気をつけるべきこと
- 5.本番で気をつけるべきこと

### まとめ

## 初めに

こんにちは！上智大学外国語学部に所属しています現役ソフィアンです！

一般入試から上智大学に現役合格して現在上智で学んでおります。

本日は私から受験生の皆様に勉強方法から生活の中の習慣まで受験生時代に実践したさまざまなコツをお教えしたいと思います！

もちろん人によって違いはあると思いますので参考までに。  
もしも「気になった」「役立ちそう」と思った方がいれば是非試してみてください！

## 1.受験勉強を始める以前の自分

今でこそ上智生の私ですが高校受験の際は第一志望の高校に落ち、都内の私立高校へ進学したという経緯があります。

ちなみにこの高校は大学受験にかなり力を入れており今思えば非常に恵まれた環境で受験勉強が可能でした。

ただ高校1、2年の自分はそんなこと関係なしに全く勉強をせずゲームや読書に没頭していました。汗

**今回の成績** **POINT** まずは、全国の偏差値や順位、GTZ(※)で、全国レベルでの自分の位置を確認してみよう。

※GTZ(学習到達ゾーン)……学力を評価する、ベネッセのテストに共通の評価指標。S1～D3まで15段階で表示。

コース・科目	得点/満点	全国			都道府県			校内			GTZ
		偏差値	順位(位/人中)	平均点	偏差値	順位(位/人中)	平均点	偏差値	順位(位/人中)	平均点	
国数英総合	129/300	55.5	123,886 / 436,661	103.1	54.8	12,394 / 39,758	106.2	55.3	117 / 404	105.3	B1
国数英文系	129/300	58.2	51,606 / 245,597	93.1	56.9	5,973 / 23,874	97.9	59.6	40 / 244	90.4	B1
国英 文系	107/200	61.9	35,989 / 267,541	70.6	59.9	4,999 / 27,864	75.2	62.2	34 / 244	72.8	A2
国 語	64/100	69.5	11,649 / 459,288	36.7	69.3	1,014 / 43,835	36.8	70.8	4 / 404	37.2	S3
数 学 計	22/100	47.0	238,020 / 439,937	27.9	47.2	21,825 / 40,658	27.4	47.3	207 / 404	27.8	
数学 B	22/100	45.5	226,493 / 368,819	30.8	44.9	19,571 / 30,075	31.9	47.3	207 / 404	27.8	B3
英 語	43/100	52.7	163,974 / 461,916	37.6	51.2	18,642 / 44,656	40.6	51.4	159 / 404	40.4	B2

↑高2時点で一番成績が良かった模試

特にテストでは大好きな歴史科目では常に90点代は取れていたものの、それ以外の科目では常に平均点未満の点数を取っているような高校時代でした。

さらに高2の時に留学へいったもののコロナで3月に緊急帰国する羽目にも遭いました。

つまり私の受験シーズンは一切準備してない状態からのスタートでした。。

## 2.上智を志望したわけ

話は少し変わりますが自分が上智を志望した理由としてはその国際性や高水準の教育、研究よりも

「レベルの高い大学に行ってみたい!!!」

この思いが根底にあったからです。

また受験が始まった頃は、上智を目指せる学力などありませんでしたが、

「最難関私立(早慶上智)を目指せば伸び悩んだとしても難関私立(GMARCHなど)なら受かる学力は身につくのでは？」

という非常に打算的な考えも上智を目指すきっかけにもなりました。

個人的にはモチベを保てるなら志望理由なんてなんでもいいと思います！

### 3.上智合格のために時期ごと取った行動(勉強内容)

ここからは私が受験期に実際にしたことを時期ごとにまとめていきます。

#### ・高2の3月後半

自分は他の受験生と比べてスタートも成績も遅れを取っており、国公立受ける気もなかったなのでここで文系の英、国、世史の3科目に絞りました。

確かこの頃に恩師のゆうた先生に出会い、本格的に受験勉強をスタートさせました！

#### ・高3の4月～7月

この期間はとにかく基礎！

この時期を軽視すればそのつけは本番直前に回るので要注意。

結局基礎は早慶上智だろうが関係なく一番大事なことです。

また上智の英語はとにかく難しいので少しでも点を取るために5～6月にはTEAP対策を始めました。

自分は高1、2年で勉強を疎かにしていたのでこの期間で不足分を完璧に埋めることを目標にしていました。

具体的な内容としては以下の通り

#### 英語

- ・単語帳を読み込む＋わからない単語に印をつける
- ・英文法は中学の範囲も含めて一からやり直す＋問題集をひたすら
- ・TEAPの問題を少しずつ解く(TEAP実践問題集とTEAP技能別問題集)
- ・ニュースなどから英文を読む習慣をつける

#### 国語

- ・古典、漢文も中学の範囲含めて確認
- ・古典単語を読み込む
- ・現代文はセンター問題レベルから解き進める

#### 世界史

- ・用語集＋教科書で歴史の流れと用語をまとめて覚える

基礎固めなので特に難しいことはやっていません。  
焦らずペースを保って確実に覚えていくことをオススメします。

ちなみに7月あたりに4技能でTEAPを受けスコアは260に届いていませんでした。

年度	2020 年度	回	第 1 回
受験日	2020/07/12	受験パターン	Reading/Listening+Writing+Speaking
受験番号		TEAP ID	
氏名			

	スコア	CEFR	CSE
Overall	259	B1	
Reading	56	B1	511
Listening	51	A2	508
Writing	79	B1	590
Speaking	73	B1	483

↑実際のスコア

・8月

夏休みは参考書と問題集のためにあるといっても過言ではないです。

自分の場合、通っていた高校が夏期講習を開いていたのでそこでの勉強が中心でした。  
夏期講習がない日でも自分が集中できるギリギリの1日14～16時間勉強をしてました。

これまではインプットが中心でしたがこの期間で問題集、つまりアウトプットの比率も上げて行きました。

また夏は受験生が模試を特に受ける季節でもあるのでここで自分の実力を正確に把握することも心がけました。

・9、10月

この期間、共通テスト対策や本試験対策以上に**TEAP**対策を重視していました。

先程述べましたが上智の英語は本当に難しい！

自分自身TEAPである程度点数を取ってなかったら正直落ちていたと思います。

またTEAP対策は共通テスト対策にもつながるので今思うとやって本当によかったです。

この時期は模試でもかなり成績が伸びる時期なので夏休みが終わり少しサボりたくもなりましたがここで気を引き締めなおし、少しペースをあげました。

年度	2020 年度	回	第 2 回
受験日	2020/09/06	受験パターン	Reading/Listening+Writing+Speaking
受験番号		TEAP ID	
氏名			

	スコア	CEFR	CSE
Overall	294	B1	
Reading	76	B2	603
Listening	68	B2	599
Writing	82	B2	602
Speaking	68	B1	463

↑実際のスコアその2

・11、12月

11月辺りから志望校の赤本&共通テスト演習を本格的に開始しました。

慣れがなきゃ実力はあっても本番で出せないかもしれないのでこの期間で、とにかく問題形式に慣れること！を心がけました。

冬は問題を解いて解いて解きまくっていた記憶しかありません。

この頃には勉強することに快感を感じるようになったと思います。  
暇潰しがわりに教科書や単語帳を読むのが習慣でした。

私自身、共通テスト演習も始めた当初は英、国が7割ギリギリ、世界史も8割後半が関の山でした。

しかし、

1月には英語7割後半、国語8割、世界史は9割を安定して取れるように！

ちゃんと勉強し実力がある方は問題形式に慣れると成績はゲン！と伸びるはずですよ。

**① 今回の成績** あなたが選んだ  
第1解答科目 **歴公：世界史 B**

教科バランス レーダーチャート	コース・科目	得点/満点	全国			校内			GTZ
			偏差値	順位(位/人中)	平均点	偏差値	順位(位/人中)	平均点	
<p>あなたの成績 判定基準B 判定基準C</p> <p>英語 英語上 英語 英語 英語 英語 英語 英語 英語 英語</p> <p>歴公 国語</p>	国英歴公文系	504/600	70.0	2,127/124,458	321.6	70.2	1/219	326.3	S2
	国英文系	304/400	63.1	13,560/137,245	217.4	65.9	20/250	206.9	A1
	国語	130/200	57.8	53,780/242,878	105.9	58.8	63/332	102.6	A3
	現代文	72/100	57.1	60,900/242,878	59.4	57.2	82/332	59.1	
	漢古	140/200	59.5	41,729/242,878	109.5	59.5	66/332	109.2	
	英語	174/200	64.7	16,976/254,535	115.8	65.8	23/396	114.5	
	英語リーディング	93/100	66.1	7,305/253,942	56.8	66.6	11/394	56.9	S2
	英語リスニング	81/100	61.3	35,913/252,482	59.2	62.6	43/395	57.8	
	世界史B	100/100	72.4	1/43,198	53.9	68.1	1/71	60.1	S1

あなたが保持している「GTEC」スコア

種類	タイプ	スコア	CEFR(取得年)
GTEC 検定版	Advanced	992	B1 (2020年)

※高校2年生の4月以降に受検した「GTEC」検定版の成績を表示しています。なお、複数回受検している場合は最もスコアが高かった回の成績を表示しています。  
※大学入試等で活用する場合は、各大学が公表する要項などを必ず確認してください。

↑高3の11月に受けたベネッセ・駿台模試

・1月

1月は共通テスト、出願がある大事な時期！

さらに上智の一般入試は2月の初めに集中するので予定とコンディション、この2つの管理にものすごく気を使っていました。

ただラストスパートをかけるのも重要ですが無理のない範囲でやるのが肝要だと思います。

私自身共通テストでは

3科目合計で430点、特に現代文は満点、英語も8割と期待以上に取れ、

結果として共通テスト利用で青学、法政、獨協、東洋などを確保でき、入試本番でもある程度余裕を持って受けられました。

ちなみに出願ですが募集開始したらすぐにやっつくべきですよ。

私は最後までどこ受けようか悩みに悩んで時間を無駄にしたので今も後悔しています。。。

・2月

いよいよ本番の2月です！ここまで来たら1点でも多く取るためにとにかく復習し、何周目かの赤本をひたすら解いてました。

ここで実感したのは、受験生って本当に最後の最後まで伸びること。

ちなみにですが上智の入試は2月の初端にあるので気をつけていきましょう。

できれば上智の入試の前に別の大学を受けて試験慣れして方がいいと思います。

自分の場合はゆうた先生とも相談して専修の入試をリハーサル代わりに使いました。

ちなみに私は上智3学部と早稲田4学部の計7学部、さらに立教・明治を受けたので専修で試験慣れしてなければプレッシャーで潰れていたかも....

そんなこんなあって私は晴れて上智の外国語学部ポルトガル語学科に進学しました。

#### 4. 受験シーズンで気をつけるべきこと

・英単語

何度か述べましたが上智の英語はハイレベルです。

TEAP利用の方でも共通テスト併用の方でも英語の語彙量がなければ始まりません。

自分は最初システム英単語という単語帳を使い、この内容をおさえてから単語王というもう一段階上の単語帳に変えました。

また同時に自身の英語力に自信を持つことも大事です。

単語帳は汚れてなんぼですのでガンガン書き込んでいきましょう。

また常にコンパクトサイズの単語ノートと筆箱と一緒に持ち歩き、見たことない単語をメモする習慣をつけましょう。

これらは単語を覚えるのにも役立ちますが同時に自分が今までやってきた努力を可視化させることができるので、やればやるほど自信を持って試験に臨めます！

#### ・コンディション

ただどんなに勉強して実力をつけても調子が悪くて出きれなかった、なんてことがあったら非常に残念！

そんなわけで受験シーズンでは先ほど述べたように予定とコンディションの管理、後者は特に気をつけましょう。

予定はカレンダーや手帳を使えば簡単に管理できますが身体の調子は注意が必要。

これは人によりけりですが、夜遅くまで勉強しがちな受験生は感じている以上に脳や身体に疲労が溜まりがち、

自分の場合はどんなに試験が近くても最低8時間睡眠、朝型生活を徹底していました。

入試本番も比較的早い時間帯から始まるので身体を慣らすという意味でも効果的です

## 5.本番で気をつけるべきこと

#### ・問題把握と時間配分

上智の試験は記述の問題が多く、また配点も高いです。

そのため問題を見て内容を大まかに把握し、どの問題に重きを置くかを素早く決める能力が重要になります。

これは過去問を解くことで鍛えることができる能力なので頑張りましょう！

また本番で万が一時間配分をミスした場合は捨てる、あるいは部分点を狙うなど切り捨てるなどの決断をする勇気も必要になるかもしれません。

#### ・栄養補給



受験本番は自分の想像以上に頭を使っています。

ですので自分に合った糖分等の栄養補給方法をあらかじめ決めておくことをおすすめします。

自分の場合は常にハードグミとキャラメル、麦茶を携帯していました。

また他のおやつの場合成績が悪かったような気がしたので験担ぎに近い意味もありました。

#### ・周囲の様子

試験中ってどうしても周囲の人がどのくらい進んでいるかって気になります。

特に近くの人が早々と問題を解き終わっていたら気にするなって方が難しい...

自分の場合も周囲の鉛筆の音が聞こえて焦ってしまう、なんてこともありました。

ただ上智に入学してからの周りの友達はほとんどがギリギリまで問題を見直すタイプの人でした。

思うに早く終わるのは別の国公立とか行く人が諦めた人かのどっちかなのかなと。

とにかく言えることは周囲なんかあてにしないで問題やれってことです！

#### まとめ

今回は上智生の自分の実体験から得たことをまとめて書きました。

拙い文でしたが少しでもお役に立てれば幸いです。

最後に皆様にソフィアンとして会えることを願っております！

最後まで読んでいただきありがとうございました！

【大学受験コーチゆうたからのお願い】

こんにちは！ゆうたです。

いつもYouTubeを見てくれている皆さん、ありがとうございます！！

動画のコメント欄に、この資料を見た感想をいただけませんか？

こちらの資料は  
「上智を目指している受験生を救いたい！」

と私が上智生の教え子の生徒に無理を言って  
頑張ってもらった資料になります。

私の彼のためにも、この資料が一人でも多くの受験生に役立つようにしたいのです。  
そのために、皆さんの協力が必要です。

ぜひ、YouTubeのコメントに資料を読んだ感想を1行でもいいのでいただけませんか？  
皆さんのご協力に感謝いたします！