

2026年7月8日

報道機関 ご担当者各位

学校法人 河合塾
経営戦略推進室

夏を制する者は受験を制する 河合塾入試情報サイトKei-Netが「受験に向けた夏の過ごし方」を公開

河合塾の進路・大学入試情報サイト『Kei-Net』は、受験生が夏休みにやっておきたいことと、それを実践するためのポイントをまとめた「夏休み40日間の過ごし方」を公開しました。合格を勝ち取った河合塾OB・OGのアンケート結果も掲載。受験生・高校生に役立つアドバイスが満載です。(URL: www.keinet.ne.jp/exam/tips/summer/must.html)



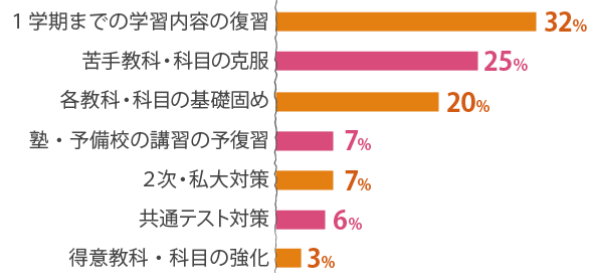
■ 基礎固め・苦手克服で得点力を伸ばす夏に

夏休みは基礎を徹底的に固めることが必要です。基礎が固まっていない段階で応用問題に取り組んでも非効率に終わるため、まずは基本事項を確実に定着させましょう。ただし、漠然と「英語を頑張る」のような目標ではなく、「英単語を500個覚える」「苦手な数列やベクトルを克服する」といった具体的な目標を設定することが重要です。目標を週単位で分割して着実に消化していく計画を立てましょう。

特に苦手科目や他と比べて点数が伸びない科目は、最も効率よく得点を伸ばせる科目のため、夏のまとまった時間を使って克服することを心がけましょう。

Kei-Net特派員*のアンケートでも、1学期までの復習・苦手科目の克服・基礎固めに重点を置いて取り組んでいる割合が70%以上を占めています。

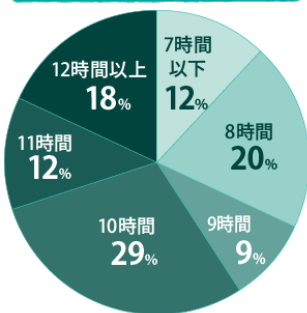
夏休み 何を中心に勉強した？



2025年度 Kei-Net 特派員アンケートより

■ 生活リズムを整えて学習を習慣化する

夏休みの学習時間



2025年度 Kei-Net 特派員アンケートより

学習の継続性と体調管理に直結するため、規則正しい生活リズムを整え、維持していく必要があります。

Kei-Net特派員*のアンケートでは、夏休みの1日あたりの学習時間が「10時間以上が約6割、8時間以上が約9割」と示されており、毎日コンスタントに学習時間を確保するためにも起床時間や学習開始時間を固定するなど自己管理を徹底することが大切です。

特に昼頃に起きる生活を続けていると、まとまった学習時間が失われ、立てた目標をこなせなくなるため、注意が必要です。学校や塾などの夏期講習や自習室を朝から活用して強制的に生活リズムをつくることや、90分ごとに学習を区切って試験時間の感覚を養うなど、実行しやすい手段を取り入れて、日々の学習を続けるよう心がけることが志望校合格への一助になります。

他にも有意義な夏休みにするための、学習計画の立て方や学習方法など、先輩の体験談やアンケート結果を掲載しています。この夏休みが受験生にとって、充実した学習期間となるよう、貴媒体にてぜひご紹介ください。

*Kei-Net特派員とは、Kei-Netに「特派員」として会員登録している大学生です。受験の体験談や大学生活についてのアンケートに回答し、Kei-Net上で高校生・受験生をサポートします。

【Kei-Netにてオープンキャンパスの情報も公開中！】

全国755校(7月1日現在)のオープンキャンパス情報も大好評公開中です。各大学の日程はもちろん、事前準備やチェックシートなどお役立つ情報も満載。ぜひご一読ください。(URL: www.keinet.ne.jp/exam/tips/opencampus/index.html)

－ 本件に関する報道関係者様のお問い合わせ先・取材申込先 －

河合塾グループ グループ広報センター 【TEL】 03-6811-5508

【E-mail】 press@kawajuku.jp 【受付時間】 9:00～18:00 (土日祝・年末年始を除く)