



鹿児島県立鹿児島中央高等学校

～自主 好学 敬愛～

進路指導室だより 6月号

発行:進路指導部企画運営係<令和7年7月1日>

学習を充実させるために目的を明確にしよう

県高校総体が終わり、多くの3年生が受験に向けた学習を本格化させていると思います。また、1・2年生も新体制で新たに部活動をスタートさせ、活動量増加に伴う肉体的疲労と強い使命感からの精神的疲労にも負けずに日々の学習に取り組んでいることと思います。そこで、学習をより充実させるためにも目的を明確にして、計画的に取り組むことが大切になってきます。下の表を参考に学年と時期によって自分が学習する目的や内容を明確にして日々の学習に取り組みましょう。

学年	期間	学習内容
高校1年	高い進路目標の設定と受験に向けた土台構築	
	4月～7月	学習習慣の定着（予習・復習・日々題）
	8月～12月	基礎学力（国・数・英）の強化
	1月～3月	応用力（国・数・英）の育成
高校2年	高い進路目標を実現させるために必要な得意科目の強化	
	4月～7月	1年次の総復習と得意科目の強化に努める
	8月～12月	苦手科目の克服と志望校の受験科目の確認
	1月～3月	応用問題や過去問への取り組み
高校3年	志望校合格に向けた学習の総仕上げ	
	4月～7月	受験に向けた1・2年次の学習内容の総復習
	8月～12月	志望校合格に向けた応用力の完成
	1月～3月	入試直前対策

熊本大学に関する情報について

今年度、熊本大学は新学部増設や文学部改組、佐賀大学との共同教員養成課程の新設など昨年度入試からの変更点が結構ありますので、受験を考えている生徒は、熊本大学のウェブサイトをよく確認してください。

(1) 共創学環（令和8年4月開設予定）について

地球規模の視野と地域の視点で考え行動し、共生共創する地域をデザインできる課題発見・設定・解決型人材並びに社会イノベーションを創出する人材を養成する。

1年次	共通教育
2年次選択 専門分野教育	
育成を目指す能力や特徴など	
産学官金連携実践教育	経営・マネジメント力、社会実践力 ※社会実践演習・海外研修、産学官金連携など
コミュニケーション実践教育	コミュニケーション力、外国語運用力 ※実践英語・中国語・韓国語、心理学・ロジカルシンキングなど
文理融合型教育	学際的な専門知識、多面的な思考力 ※経済公共政策、多文化共生・総合人間・歴史など
デジタル活用実践教育	データサイエンス力 ※課題設定、データ収集、データ分析など
※上記に加えて、3年次よりフィールドワーク授業を中心としたコース選択を行う。	
選択コース (3・4年次)	① 地域イノベーションコース ② グローバルイノベーションコース

(2) 文学部の改組について

従来の4学科から1学科（人文科学科）になることで、受験時点で所属学科を決めることなく、1年次に文学部を構成する幅広い分野を学んだ上で、希望コースを選択できるメリットがある。

昨年度	今年度
文学部 (170名)	文学部人文科学科 (160名)
★総合人間学科 (55名) 人間科学コース、社会人間学コース、地域科学コース	人間科学コース 社会人間学コース 地域科学コース 歴史資料学コース 超域歴史学コース 東アジア言語文化学コース 欧米言語文化学コース 多言語文化学コース 現代文化資源学コース
★歴史学科 (35名) 歴史資料学コース、世界システム史学コース	
★文学科 (50名) 東アジア言語文学コース、欧米言語文学コース 多言語文化学コース	
★コミュニケーション情報学科 (30名) コミュニケーション情報学コース 現代文化資源学コース	

【その他の変更点】

※「コミュニケーション情報学コース」は、「共創学環」へ統合される。

※学校推薦型選抜Ⅰ【23名→25名】(各学校から3名まで)

※一般選抜前期で「小論文」(100点)の廃止と主体性評価(10点)の追加

(3) 教育学部 共同教員養成課程について

英語で授業ができる教員の育成や産官学連携によるICT教育に長けた熊本大学教育学部と異校種どうしの連携や特別支援教育、実践的な指導力に優れた佐賀大学教育学部が連携し、両者の強みを活かした新教員養成課程が令和8年4月に始まる。複雑で多様な課題が山積する教育現場で「伸びやか」・「強靱な思考力」・「柔軟な対応力」を兼ね備えた教員育成をめざしている。

① 単位認定

※卒業に必要な124～128単位のうち31単位をパートナー大学から受講する。

共同科目	一方の大学教員が両大学またはパートナー大学の学生に対して開講する科目。遠隔授業システム教室やZoomによる遠隔授業、教員の移動による対面授業にて実施する予定。
------	---

※その他の授業について

【シラバス共通科目】

両大学でシラバスを共通化し、自大学の学生に対して開講する授業。両授業内容は基本的に共通化。

【独自科目】

原則、一方の大学のみで開講し、各大学の特色を活かした科目のこと。

※「養護教諭養成課程」は、共同教員養成課程とは別である。

目標を実現するために必要なこと

1 年 7 組担任 坂上謙次

マンダラートを知っていますか？マンダラートとは仏の世界を図示した曼荼羅をヒントに作られたチャートで、達成したい目標を中心に書き、そのために必要なこと・やらなければならないことを周りに書いていきます。そしてさらに周りに書いたものを達成するために必要なものをまた周りに書いていくというものです。下にメジャーリーグ・ロサンゼルスドジャースの大谷翔平選手が高校1年生のときに書いたマンダラートを紹介します。見てもらえたらわかると思いますが、大谷選手は高校一年ですでに自分の将来について明確なプロセスを思い描いています。だから現在の野球界最高峰のメジャーリーグで彼にしかできない投打2刀流の大活躍があるのです。

目標を立てることは自分が何か行動をする上で必要不可欠なことです。ただ漠然と目標を立ててもなかなか行動に移せません。より具体的に何をしなければならないのかがわかると行動にも移しやすいのではないのでしょうか。中央高校に入学して3ヶ月が過ぎようとしています。入学したときに思い描いた自分になれていますか？先日中央高校に入学して初めての定期考査がありました。納得する結果を得られた人は少数だと思います。今が自分を変える・成長するチャンスです。これから自分がやるべきことをマンドラートで具体化して、行動に移して行ってほしいと思います。

大谷翔平が花巻東高校 1 年時に立てた目標達成表

体のケア	サプリメントをのむ	FSQ 90kg	インステップ改善	体幹強化	軸をぶらさない	角度をつける	上からボールをたたく	リストの強化
柔軟性	体づくり	RSQ 130kg	リリースポイントの安定	コントロール	不安をなくす	力まない	キレ	下半身主導
スタミナ	可動域	食事 夜7杯 朝3杯	下肢の強化	体を開かない	メンタルコントロールをする	ボールを前でリリース	回転数アップ	可動域
はっきりとした目標、目的をもつ	一喜一憂しない	頭は冷静に心は熱く	体づくり	コントロール	キレ	軸でまわる	下肢の強化	体重増加
ピンチに強い	メンタル	雰囲気は流されない	メンタル	ドラ1 8球団	スピード 160km/h	体幹強化	スピード 160km/h	肩周りの強化
波をつくらない	勝利への執念	仲間を思いやる心	人間性	運	変化球	可動域	ライナーキャッチボール	ピッチングを増やす
感性	愛される人間	計画性	あいさつ	ゴミ拾い	部屋そうじ	カウントボールを増やす	フォーク完成	スライダーのキレ
思いやり	人間性	感謝	道具を大切に使う	運	審判さんへの態度	遅く落差のあるカーブ	変化球	左打者への決め球
礼儀	信頼される人間	継続力	プラス思考	応援される人間になる	本を読む	ストレートと同じフォームで投げる	ストライクからボールに投げるコントロール	奥行きをイメージ

(注)FSQ、RSQは筋トレ用のマシン (出所)スポーツニッポン

出典：asobou.co.jp

自分のマンダラートを作ってみよう

出典：magara-style.com