



学習の効率化を図ろう

今年も大変暑い夏がやってきました。この時期は、どうしてもその暑さのために学習に対する意欲や集中力が落ちてしまいます。その解消方法として「ポモドーロテクニック学習法」を紹介したいと思います。ぜひ参考にしてみてください。

ポモドーロテクニック学習法について

1, ポモドーロとは?

25分学習+5分休憩を1セットとして繰り返しながら、毎日の目標達成を目指し、学習効率を高める時間管理テクニックのこと。

2, 学習の進め方

- ① 学習目標と計画を立てる。
- ② 25分学習で取り組む内容を決める。
- ③ 4セット終了後に30分程度の休憩を入れる。
- ④ 全ての学習後に、1日の取組について振り返りを行う。

3, 「ポモドーロテクニック学習法」のメリット

- ① 長時間の学習に比べ、集中力の維持がしやすい。
- ② 短時間の学習のため、目標と計画が立てやすい。
- ③ 達成感が得やすく、自己肯定感が上がる。

期末考査から学力向上に繋がよう

3年生だけでなく1・2年生のみなさんも志望校合格に必要な学力を身につけるために8月下旬に実施される「前期末考査」を入試本番と思って臨んでみてはどうでしょうか。そして、考査に向けた取組を充実させ、考査後も訂正と復習を徹底的に行ってください。この連続した取組の継続と発展が、学力を向上させていくと思えます。

(取り組み事例)

定期考査に向けた取組

3週間前から2週間前まで

【学習内容の確認と計画表の作成】

- ① 授業で学習した内容の確認
- ② 重点的に取り組みたい科目の設定
- ③ 学習計画表の作成 (②に取り組む学習時間の決定)

2週間前から1週間前まで

【重点科目を優先させる】

- ① 繰り返し復習を行う (理解できない箇所は、積極的に質問する)
- ② 類似問題などに取り組む (訂正・復習は、必ず行う)

1週間前から試験前日まで

【応用問題に必要な土台固めを行う (基礎を徹底する)】

- ① 考査範囲の全ての学習内容を復習ノートにまとめる
- ② 作成した復習ノートで試験直前まで見直しをする

入試情報について

7月に入り、多くの大学が令和8年度入学者選抜要項を大学のウェブサイトに掲載しています。3年生のみなさんは、志望校の入学者選抜要項を必ず確認してください。今年度、学部の新設や改組を行った熊本大学の変更点や、工学部の大学入学共通テストを課さない総合型選抜入試を始める鹿児島大学の入試日程については、以下のとおりまとめました。受験スケジュールを作成する際の参考にしてください。なお、各入試に関する詳細は、両大学のウェブサイトで確認してください。

【熊本大学入試の変更点】

令和7年度 (昨年度入試)		令和8年度	
一般選抜	前期日程	一般選抜	前期日程
	後期日程		後期日程
総合型選抜	グローバルリーダーコース入試	総合型選抜	Kumamoto探究入試 【地域課題解決挑戦型】 【グローバルリーダー育成型】
	帰国生徒対象		I 国際バカロレア入試
	海外在住者対象		海外在住者入試
学校推薦型選抜	I		社会人入試
	II		帰国生徒入試
社会人選抜			私費外国人留学生入試
私費外国人留学生選抜		II	Kumamoto探究入試 【プレゼンテーション型】
		学校推薦型選抜	I
			II

※熊本大学「令和8年度(2026年度)入学者選抜要項」より抜粋

【鹿児島大学入試日程】

選抜区分	学部	出願期間	個別テスト等	合格発表
総合選抜型 (AO型選抜) □ ※大学入学共通テストを課さない	工学部	9月24日(水) ～26日(金)	10月18日(土)	11月4日(火)
総合選抜型 (自己推薦型選抜) ※大学入学共通テストを課す	法学部 理学部 工学部	11月4日(火) ～6日(木)	12月13日(土)	2月10日(火)
	医学部 歯学部 農学部 水産学部 共同獣医学部		12月13日(土) 12月14日(日)	
学校推薦型選抜 I ※大学入学共通テストを課さない	法学部 教育学部 医学部 工学部 農学部 水産学部 共同獣医学部	11月4日(火) ～6日(木)	11月18日(火)	12月4日(木)
学校推薦型選抜 II ※大学入学共通テストを課す	法学部 教育学部 理学部 医学部 歯学部 工学部 共同獣医学部	11月21日(金) ～26日(木)	12月13日(土)	2月10日(火)
	農学部		1月23日(金) ～27日(火)	
一般選抜	前期日程	全学部 1月26日(月) ～27日(水)	2月25日(水) 2月26日(木) ※教育学部、医学部(医・看護)、歯学部	3月6日(金)
	後期日程		3月12日(木) ※理学部、共同獣医学部は個別テストなし	3月23日(月)

“自分ごと”として進路を考える夏へ

2年6組担任

いよいよ前期前半を終え、夏季休業がスタートしました。高校生活の折り返し地点が近づいている今、2年生の皆さんはこれからの進路に向けて少しずつ“自分自身の未来”と向き合っていく時期になります。日々の学習に励んでいる人、部活動に打ち込んでいる人、これまで以上に「大学受験」「将来の仕事」「自分のありたい姿」といったテーマを意識して過ごすことが求められます。

大学受験において、高校2年生の夏は“差がつく夏”です。周囲と同じように過ごしていると気づきませんが、進路を意識し始めて行動した人と、まだ動き出していない人とは、秋以降に大きな差が出てきます。この夏は、ぜひ、次の3つのことを意識して取り組んでもらいたいです。

1 「知ること」から始める進路研究

この夏は、大学のオープンキャンパスやオンライン説明会など、実際の大学の雰囲気や学問内容に触れられる機会が多数あります。興味がある大学はもちろんですが、少しでも関心があれば積極的に参加しましょう。「情報の多さ」によって選択肢が広がります。Classroomに掲載されている進路情報や先生方からのアドバイスを活用してください。

2 「苦手を克服」「得意を伸ばす」夏に

2年生の学習内容は、3年生での受験学習の基礎になります。この段階で苦手科目を放置してしまうと、受験期に大きなつまずきになります。まずは、前期前半の成績や模試の結果を振り返り、自分の課題と向き合うこと。夏のうちに復習に取り組み、少しでも“できる”実感をもてるようにしておきましょう。加えて、得意科目や興味のある分野はさらに学びを深めるチャンスです。過去問や問題集に挑戦したり、講義動画を見たりすることもよいでしょう。“学ぶことが楽しい”と思える経験は、進路選択のヒントにも繋がります。

3 「時間の使い方」が未来を決める

長いようであっという間に終わる夏休み。1日1日の過ごし方がそのまま学力や意識の差に直結します。生活リズムを崩さず、日々の積み重ねを大切にしていきましょう。志望分野や進学先の希望について、まだはっきりしていなくても構いません。大切なのは、「やりたいことが見つかったときに、そこへ向かえるだけの学力や準備ができていること」です。やりたいことが見つかったときに「学力が足りない」「選択肢が限られている」ではもったいないです。当たり前ですが、時間は取り戻せません。進路が決まっていない人こそ、コツコツ取り組みましょう。

夏にどれだけ自分と向き合い、学び、考えたかが1年後の自分を大きく変えていきます。この夏を「未来の自分をつくる時間」として、大切に過ごしてください。