

# 進路便り 7月号

今年も夏が来ました。担任の先生との三者面談などを通し、自分の将来について考えを深める時期になるかと思えます。長いようであっという間の夏です。ぜひ少しでも成長したと胸を張れる生活を送ってください。ここでは学年別に夏の勉強についてのお話をします。

## 【 3年生 】

いよいよ進路実現に向けて本格的にそれぞれが動き出す時期になりました。クラスは共通テスト組、総合組で補習の日程や課題の内容など、多少の違いはあるかもしれませんが、それぞれが自分の進路実現のために、努力を重ねていかねばならないことには変わりありません。進路実現は自己実現です。なりたい自分になるため、目的のある生活を心がけましょう。

### ① 志望校を決める（第1志望校+何校か）

1つだけに絞るのではなく、3つ程のグループに分けて準備するといいかもかもしれません。

例：Aグループ（挑戦校）

Bグループ（実力相応校）

Cグループ（合格可能性が高い学校）

もちろん、第1志望校を目指してください。あくまで本番で思わぬ結果が出た時に焦らずに済むための準備です。

### ② 受験科目の確認（表は共通テスト。国公立二次，私大は大学により異なるので要確認）

<令和6年度大学入学者選抜に係る大学入学共通テスト出題教科・科目について>

※2023年7月時点の情報です。変更になる可能性もあるので、情報の扱いには十分ご注意ください。

出題教科・科目		試験時間（配点）
国語	『国語』	80分（200点）
地理	「世界史A」「世界史B」 「日本史A」「日本史B」	1科目選択 60分（100点）
歴史	「地理A」「地理B」 「現代社会」「倫理」	2科目選択 130分（うち解答時間120分）（200点）
公民	「政治・経済」「倫理、政治・経済」	
数学①	「数学Ⅰ」「数学Ⅰ・数学A」	70分（100点）
数学②	「数学Ⅱ」「数学Ⅱ・数学B」 『簿記・会計』『情報関係基礎』	60分（100点）
理科①	「物理基礎」「化学基礎」「生物基礎」「地学基礎」	2科目選択 60分（100点）
理科②	「物理」「化学」 「生物」「地学」	1科目選択 60分（100点） 2科目選択 130分（うち解答時間120分）（200点）
外国語	『英語』	【リーディング】80分（100点） 【リスニング】60分（うち解答時間30分）（100点）
	『ドイツ語』『フランス語』『中国語』『韓国語』	【筆記】80分（200点）

どの科目が必要なのか、志望校の入試についてよく調べておきましょう。必要となる科目によって勉強の計画も変わるはずです。

### ③ 総合型選抜，学校推薦型選抜に備える

とにかく準備を早めに。チェックポイントを挙げます。

- ・ 出願開始日，締め切り日はいつか
- ・ 選考に必要な書類は何か（志望理由書，活動報告書等）
- ・ 選考で何を問われるか（小論文，面接，集団討論，実技等）

上記の選抜で受験したい学校があればとにかく早めに対策を。一朝一夕では身につけません。まずは担任の先生に相談し，早めに作戦を立てましょう。

### ④ 息切れしない学習をする

普段よりも時間を使える夏休みが来ます。勉強時間も長い時間確保できるはず。大切なのは「継続して毎日学習する」ということです。「今日10時間頑張ったから明日はオフの日」なんて行き当たりばったりで継続性のない勉強にはあまり効果が出ません。それよりは1日6時間を2日続けた方が遙かに効果大です。毎日継続して，計画的に勉強しましょう。

### ⑤ 新しいことに手を出しすぎない

「あれもこれもしなきゃ」状態になるのが3年生の夏です。しかし，手を広げすぎて広く浅くになってしまうのは避けましょう。浅い学習で突破できるほど入試は甘くありません。これまでやってきたことを徹底的に見直し，弱点を減らしましょう。

- ・ これまで受けた模試，考査の解き直し
- ・ 基礎事項の徹底的な復習
- ・ ノートのまとめ直し 等

### ⑥ 教養を高める（一般知識，社会で起こっている出来事を知る）

推薦等の入試を考えている人，また大学受験をしない予定の人は特にこれが大切です。専門学校，短大，就職を考えている人は，大学生よりも早く社会人になります。教養，常識はよりよく生きるためにできるだけ身につけておきましょう。

- ・ 基本的な読み書き（漢字検定2級レベルの語句の知識は身につけるといいでしょう）
- ・ 敬語を身につける
- ・ 新聞，ニュース等の報道で社会の出来事を毎日チェックする 等

長々とまとめましたが，頑張っているのは自分だけではありません。先が見えない，成績が思うように伸びない今だからこそ，頑張る価値があります。夏の努力は冬に形になります。使い古された言葉ですが，「夏を制する者は受験を制す」です。頑張れ3年生！！

## 【 2 年 生 】

高校生活も折り返し地点が迫ってきました。あと半年もすれば立派な受験生です。受験勉強で好スタートを切るためには、今のうちから少しずつ学習を積み重ねていくことが大切です。

### 1. 学習時間を確保し、受験を意識した学習に取り組もう

受験勉強のスタート時期（単位：％）

選択肢	自分	成績○
1年生の3学期以前（春休みより前）		9.9
1年生の春休み		13.1
2年生の1学期（4月以降）		23.9
2年生の夏休み		25.8
2年生の2学期（9月以降）		8.9
2年生の冬休み		7.7
2年生の3学期（1月以降）		5.5
3年生になってから		4.6

成績○では、  
7割以上が2年生の夏休みまでに受験勉強をスタート。

ベネッセによるアンケートでは「成績○（第1志望合格者）」は受験勉強を2年生夏から始めようと考えている人は2割以上、既に初めている人は7割以上です。自分と比較してどう感じますか？君たちが受験で戦う全国のライバルの過半数以上は、すでに受験を意識した勉強を始めています。

### 2. 受験勉強って何すればいいの？

と思う人がたくさんいるでしょう。「何か特別な勉強をしなくては」と焦る人もいるかもしれませんが、受験勉強の土台になるのは今までの学習内容の理解です。夏の時間を使って、改めて今までの学習内容を理解できているかを確認し、復習しておきましょう。

#### <自主学習時間確保のポイント>

##### ①「生活の3点」と「学習開始時間」を固定する

生活の3点とは、「起床」「夕食」「就寝」です。これらの時間と学習開始時間を固定して、規則正しい生活を心がけましょう。

##### ②まとまった学習時間をつくる

問題演習には時間がかかるものです。まとまった時間をつくり、じっくりと取り組んでみましょう。そうすることで、入試問題にも対応できる力をつけることができます。

##### ③休日の時間を有効利用する

平日にできなかったことは、休日にカバーしましょう。計画の遅れも休日の時間を有効利用することで取り戻すことができます。

### 3. 進路について考えよう

自分の進路に関する情報をできるだけ多く調べましょう。

進路や(志望校)がある程度決定している人は、可能ならばオープンキャンパスに参加して大学の学びや、雰囲気を感じてきてください。難しい場合もオンラインで開催される場合もありますので、必ず各校のHPやSNS等で情報を集めましょう。

#### <進路を考えるポイント>

##### ①自分について知る

自分の適性や興味・関心などを知ることによって選択の幅が広がります。家族や友達などの客観的な意見に耳を傾けると、自分では気づいていない選択肢が見つかるかもしれません。

##### ②これから学びたいことを考える

後悔しない進路選択をするために「入学後に何を学び、どのような力を磨くか」まで考えることが大切です。希望進路先でできることを具体的に調べてみましょう。

### 4. 入試情報をチェックしよう

自分が志望する学校の入試で必要なものを早めにチェックしましょう。専門学校や短大の人は小論文や面接以外にも国数英のテストが課される場合が多くあります。また大学を受験する人の多くは「大学入試共通テスト」を受験することになります。ここで今年度実施される共通テストの科目や配点を確認しておきましょう。

<令和6年度大学入学者選抜に係る大学入学共通テスト出題教科・科目について>

※2023年7月時点の情報です。変更になる可能性もあるので、情報の扱いには十分ご注意ください。

出題教科・科目		試験時間(配点)
国語	『国語』	80分(200点)
地理	「世界史A」「世界史B」 「日本史A」「日本史B」	1科目選択 60分(100点)
歴史	「地理A」「地理B」	2科目選択
公民	「現代社会」「倫理」 「政治・経済」『倫理、政治・経済』	130分(うち解答時間120分)(200点)
数学①	「数学I」『数学I・数学A』	70分(100点)
数学②	「数学II」『数学II・数学B』 『簿記・会計』『情報関係基礎』	60分(100点)
理科①	「物理基礎」「化学基礎」「生物基礎」「地学基礎」	2科目選択 60分(100点)
理科②	「物理」「化学」 「生物」「地学」	1科目選択 60分(100点) 2科目選択 130分(うち解答時間120分)(200点)
外国語	『英語』	【リーディング】80分(100点) 【リスニング】60分(うち解答時間30分)(100点)
	『ドイツ語』『フランス語』『中国語』『韓国語』	【筆記】80分(200点)

ちなみに、共通テストの8割以上は、高校2年生までに学習した内容から出題されます。(本当です) こう考えると2年生の君たちも既に「受験生」なのかもしれませんね。夏の努力で高校生は大きく成長します。全国の同級生たちに負けない自分を作りましょう。

## 【 1年生 】

高校生活には慣れてきた頃でしょうか。夏が終われば1年生も折り返しです。ここでは普段の学習の振り返りと、この夏に取り組むべき内容について考えてもらいます。

### 1. 普段の学習について

※表は入学時から夏にかけて成績を向上させた人の割合

自主学習時間（単位：％）

選択肢	平日	休日
ほとんどしない	10.1	6.3
30分	9.5	4.5
1時間	18.4	8.0
1時間30分	16.9	6.9
2時間	25.0	16.9
3時間	15.7	20.4
4時間以上	4.2	36.8

1学期を振り返り、自分の学習を見つめ直しましょう。表はベネッセの調査によるものです。成績を向上させた人の半数以上は平日1時間30分以上、休日3時間以上の自主学習時間を確保していたことが分かります。比較してみて、多いか少ないか、自分の成績がどうであったかを振り返ってみましょう。全国の同級生たちは、自分が思っている以上に勉強しています。

#### <自主学習時間確保のポイント>

##### ■「生活の3点」と「学習開始時間」を固定する

生活の3点とは、「起床」「夕食」「就寝」です。これらの時間と学習開始時間を固定して、規則正しい生活を心がけましょう。学習開始時間は、「起床後～登校までの間」や、「夕食前」など、自分が集中して取り組める時間を探してみましょう。

##### ■まとまった学習時間をつくる

問題演習には時間がかかるものです。まとまった時間をつくり、じっくりと取り組んでみましょう。そうすることで、わからない問題に対して粘り強く取り組む力を伸ばせます。

学校での勉強が大切なのは言うまでもありませんが、一番差がつくのは家庭での自主学習です。時間を確保できる工夫と、生活リズムの固定を早めにしましょう。

## 2. 夏休み中の学習計画を立てる

その日の気分によって左右される行き当たりばったりの計画では上手く学習は進みません。事前にしっかり計画を立てておくことが大切です。

### <学習計画を立てる際のポイント>

#### ■無理のない計画を立てる

学習内容を確実に理解するためにも、無理のない計画を立てるようにしましょう。予定通りに進まなかった場合に備えて、例えば、1週間のうち1日はお休みの日をつくるなど、計画の遅れを取り戻すための時間を用意しておくことも大切です。

#### ■学校の課題に最優先で取り組む

まずは、夏休みの課題を確実に終わらせることを最優先にしましょう。夏休みの課題には、これまでの学習のポイントが多く含まれているので、課題にしっかり取り組むことが、復習につながります。

#### ■苦手分野の復習に取り組む

まとまった学習時間をつくり、苦手分野を克服するチャンスです。苦手だと思ふところがある人は、問題集の基本問題から取り組むなどして、ぜひ復習に取り組んでみましょう。

#### ■毎日の学習記録をつける

何時間学習したか、計画通りに取り組めたかを毎日振り返り、記録するようにしましょう。毎日振り返ることで、計画通りに進んでいなくても、軌道修正を行うことができます。

## 3. 自分の進路についてよく考える

自分の進路に関する情報をできるだけ多く調べましょう。

進路や(志望校)がある程度決定している人は、可能ならばオープンキャンパスに参加して大学の学びや、雰囲気を体感してきてください。難しい場合もオンラインで開催される場合もありますので、必ず各校のHPやSNS等で情報を集めましょう。

### <進路を考えるポイント>

#### ①自分について知る

自分の適性や興味・関心などを知ることで選択の幅が広がります。家族や友達などの客観的な意見に耳を傾けると、自分では気づいていない選択肢が見つかるかもしれません。

#### ②これから学びたいことを考える

後悔しない進路選択をするために「入学後に何を学び、どのような力を磨くか」まで考えることが大切です。希望進路先でできることを具体的に調べてみましょう。

夏休みはやりたいことをたくさんしてください。ただし、自分の将来のためにはやりたいことだけでは足りない場合がほとんどです。やりたいことと、やるべきことのバランスと優先順位をしっかりとつけ、有意義な夏休みにしてください。