



明日に架ける橋

進路だより 第5号 3年生用
2019/7/17
兵庫県立明石高等学校
進路指導部発行

□夏休みをどう過ごすか□

1 計画を立てて、実行する

夏休みなどの長期休暇は、普段の学校生活がある毎日よりも、自分の計画通りに生活ができる時間が圧倒的に多いです。ですので、積極的に計画をたて、自分の為になる休暇を過ごしましょう。計画の立て方としては、「無理がない、無駄がない」ことを目標にしてください。計画を立てるとなると、すごく張り切って過密なスケジュールを立てたり、現実的に継続が難しいスケジュールを組んだりする人がいますが、それでは続きませんので、自分にとって「無理のない」スケジュールを立てましょう。しかし、「無理のない＝自分に甘い」スケジュールにならないように注意して欲しいと思います。

さて、勉強計画の立て方として、大きく2種類のパターンがあるのではないのでしょうか？

①勉強内容で予定を立てる。

②時間で区切って予定を立てる。

この2パターン、それぞれにメリットデメリットがあります。例えば①の場合は、国語の場合、「古典文法書のP〇～P〇までの助動詞の問題を完璧に覚えるまで勉強する」と言ったように、あくまで内容重視です。適度に休憩はとるものの、計画が消化できなければ、その科目をずっと行います。メリットは徹底的に行うことから、やったことの定着や深い理解が得られます。さらに達成感も得られます。しかし、デメリットとして、バランスよくどの科目もということは場合によっては難しく、ある教科に偏ってしまうということです。次に②の場合。この場合は、バランスという点では非常によい計画の形かと思います。また、見通しが立ちやすいです。しかし、デメリットは内容に関係なく時間は過ぎるので、やったつもりで実は内容はあんまり頭に残っていないということがあります。

どちらを選ぶかは、みなさん次第ですが、基礎が不安な人は①の方がいいのではないのでしょうか？とにかく自分としっかり相談をして、計画的に勉強をしましょう。

2 「～でないとき」の対処方法

夏休みは、約40日もの時間があります。勉強に集中して取り組める日もあればそうでない日もあるでしょう。しかし、たとえあまり集中できない日であったとしても、足を止める訳にはいきません。このうまく行かない時＝「～でないとき」は勉強内容を、

「**単純作業（暗記）**」系の勉強に切り替えましょう。無理に読解などの根気が必要なものに取り組んでも、結果は得られずフラストレーションが溜まることと思います。そして、自分の調子や時、場所を考えて、取り組める時に読解などの内容を行うと効率もあがります。この勉強の仕方も自分との相談が必要になります。時間を無駄にすることなく、勉強に励んでください。

3 主体的に能動的に

夏休みを終わった段階で一番いけない状態が「やったつもり、やった気になっている」です。夏休みは、学校でも補習がありますし、塾や予備校でも補習があります。決して「受けているだけ」にならないように。毎日補習の復習を行い、覚えたことを定着させていってください。自分は今しっかり取り組めているかを絶えず自分で振り返ることです。周りを見すぎると、ペースを崩しますので注意しましょう。特に、塾に行っている人は各自の払った受講料以上のものを得られるように、塾を利用しましょう。

□ある「予備校調べ」より□

ある予備校調べで、『**保護者の心構え**』というものがありませんでしたので、紹介しておきます。生徒のみなさんは保護者の方に見てもらってください。

大事なキーワード

『 **つかず** 、 **はなれず** 、 **さりげなく** 』

です。がんばるのは子ども、親が頑張りすぎないことが重要だそうです。

次に、「**受験生に対してこれはまずい**」をいくつか紹介しておきます。

- ・**過度の放任（もっと知っていて欲しい、関心を持っておいて欲しい）**
- ・**「もう〇〇大学でいいから」という発言（子どもより先に親がくじけてしまう）**
- ・**兄弟・友人・知人との比較**

などがあります。**大切なことは家族でベクトルを合わせること**です。高校、家族、本人で強力なタッグを組んで、受験に望みましょう。

□進路指導部長より□

1 一般入試を念頭においた勉強を！

AOや推薦を考えている人もいると思いますが、それがうまくいかなかった場合でも次の対応ができるよう、この夏、しっかり勉強をしてください。

2 志望校に足を運んでイメージの構築を！

時間を作って、この夏は志望校へ足を運んでみてください。そして、そこに来年の4月には自分がいることを強くイメージしましょう。**成功のイメージを強くもつ**ことは物事の達成のために非常に大切なことです。

3 他人のペースに巻き込まないように！

自分をしっかりと見つめて、決して他人に流されないようにしましょう。また、勉強は基本的に一人で行うものです。「〇〇さんがこの勉強をやっているから」ということで、自分が本当にしなければならぬ勉強を変えたり、やり方を変えたりすることのないように注意してください。

4 AO入試など、受験した人は**受験報告書**を忘れないように！

AOや推薦入試を受験した場合、**受験報告書**を提出してもらわなければいけません。学校に用紙がありますので、提出をお願いします。