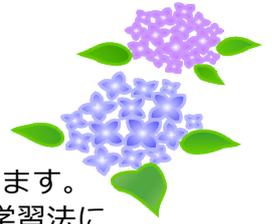




6月になり一学期も後半に差し掛かります。高校1年生あるいは2年生にふさわしい生活リズムが確立できているでしょうか。

3年生が部活動を引退し、1, 2年生が部活動や学校行事の中核を担っていく時期を迎えます。自分が「高校生活で打ち込んだ」何かを築き上げる時期です。同時に、学習面の目標を見失い、「中だるみ」に陥る人が出てくる時期でもあります。

今回は、先日在宅習時間調査結果をもとに、学習スタイルを見直し効率的な学習法についてまとめました。後半は現在教育実習中の先輩方に伊高生へのアドバイスをもらいました。



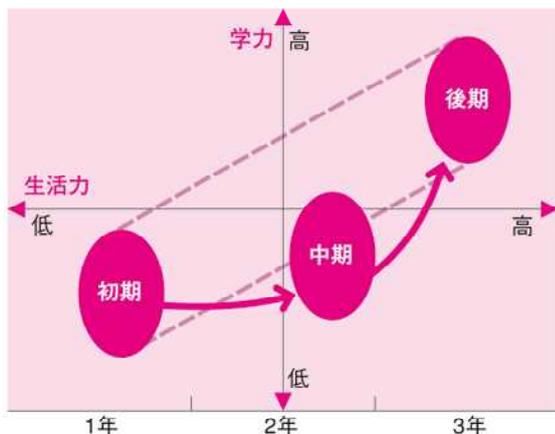
学習時間を確保しよう!

右の表は5月に実施した宅習時間調査の結果です(単位は分)。中間考査前で部活動がなかった時期だったため、土・日の学習時間が昨年より多いです。(昨年はゴールデンウィーク前の4月末に実施)

高校生に必要な平日の宅習時間は、**学年+2~3時間**といわれています。特に1年生にとっては、6月頃から授業内容が難しくなってくると先輩たちも語っており、一学期の過ごし方が、今後の高校の成績に大きく影響することを理解してください。

	平日	土曜日	日曜日
1年(今年)	129.4	249.2	263.0
1年(昨年)	125.6	163.9	178.5
2年(今年)	120.6	253.8	279.5
2年(昨年)	106.6	130.8	193.2
3年(今年)	148.4	313.6	342.6
3年(昨年)	120.2	121.3	205.9

生活力の向上こそ学力向上の鍵! (先輩たちの成功談や失敗談に学ぼう)



(図、記事はベネッセ『VIEW21』を参考)

- ★入学時の緊張が緩み、かなり緩んでしまった。高3になって修正するのが大変だった。
- ★この時期から授業が一気に難しくなる。予習・復習の習慣がないとついて行くのが難しい。
- ☆先生から「まず机に向かう習慣をつけなさい」と言われ、決まった時刻に学習開始を心がけた。毎日2時間以上勉強できるようになった。
- ☆まず、寝る時間を決めた。宿題が終わらない日は早く起きて朝やるようにした。早く寝ると朝早く起きられるようになった。
- ☆数学が苦手だったが、毎日放課後15分、数学のノートを持って先生に質問に行くようにした。効果絶大だった。

〈学習時間を確保するために〉

- ① **3点の固定**…起床・宅習開始・就寝の時間を固定し、規則正しい生活を送る。
- ② **まとまった学習時間**をつくる…例えば、始業前の自習、放課後の自習、休日の午前等学習する時間帯を決める。(友人同士で実践を)
- ③ **隙間時間**の活用…列車内の時間、昼食時間、面談の待ち時間等

先輩に学ぼう! (教育実習中の先輩方に聞きました)

5月末から7名の先輩方が教育実習生として本校に戻り教育実習を行っています。そこで、教育実習に来られた7名の先生方に、① **大学とはどのような場所ですか? 高校時代のイメージとのギャップは?** ② **後輩たちに伝えたいこと** の2つの質問に答えてもらいました。

① 大学とはどのような場所ですか？

高校時代のイメージとのギャップは？

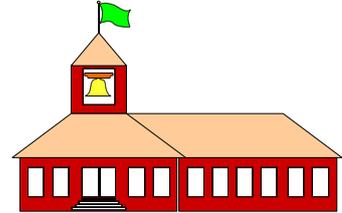
- ・やりたいことを何でもできる所。しかし、全てが自己責任なため、何でもやって良いという訳ではなく、責任が伴う。
- ・大学は思ったよりも勉強する所です。
- ・(自由だからこそ学生時代に)何をしたかを問われる。その後の自分の人生の選択肢を変えるものになる。

② 後輩たちに伝えたいこと

- ・好きなこと、興味のある事にどんどん挑戦してください。将来何になりたいか分からなくても挑戦の中から少しずつ開けてきます。
- ・広い視野を持ち情報を比較して進路を選ぶ。
- ・復習は必ずやる。睡眠は削るな。
- ・進路決定は自分の将来を分ける重要な事です。悔いのないよう選択肢を多く持ってください。

志望校について考えよう！

進路目標を早期に決めることができれば、志望校合格に向けて自分の学力を高める努力を早く開始できます。学校の授業に真剣に取り組むことにつながりますし、当然、合格の可能性も高まります。



1年生は二学期に文理選択を控えており、自分の将来の夢や適性を考えて志望校を検討しましょう。また、今年は新型コロナウイルスの感染防止のため、夏のオープンキャンパスが中止されたり、特に県外の大学等のオープンキャンパスへの参加が難しくなったりすることが予想されます。ホームページやパンフレット等で学校・学部学科調べを進める必要があります。

学校調べにあたって

学校調べには、学校で配付している学部・学科案内や『蛍雪時代』のほか、学校にパンフレットを請求する方法やインターネットで調べる方法(ベネッセの**マナビジョン**やリクルートの**スタディサプリ**、河合塾の**kei-net**など)が一般的です。

その際、複数の志望校を比較検討すること、偏差値や学校の所在地だけでなく、学びの特色や奨学金・留学制度の有無、実習にかかる費用、さらに卒業後の進路など比較検討して志望校を選ぶことです。(志望校ごとに、これらの項目を表にして比較すると良い)

入試制度の基礎知識

(河合塾ホームページを参考に作成)

1 学校推薦型選抜

国公立大学の学校推薦型選抜は、募集人員が少なく、「学習成績の状況4.0以上」など厳しい成績基準を設けている大学も少なくありません。また、共通テストを課す場合と課さない場合の2タイプに大別され、入試日程も大きく異なります。

2021年度入試からは、小論文など受験者自らの考えに基づき論を立てて記述させる評価方法のほか、プレゼンテーション、口頭試問、実技、教科・科目に係るテスト、資格・検定試験の成績、共通テストなど、学力を確認する評価を実施することが必須となります。すでに「面接」「小論文」を課す大学は多く、口頭試問を含んだ面接や学科に関連した専門的知識を要する小論文が課されることも珍しくありません。

評定平均とは

定期考査の結果や授業態度、課題の提出状況などをもとに総合的に評価したもので通知表に記載している「5・4・3・2・1」の平均値です。3年生の1学期末に出される仮評定が出願時に提出する「調査書」に記載されます。推薦受験のためには、A段階(4.3以上)、B段階(3.5以上)の評定が求められることが多いようです。

2 総合型選抜(旧AO入試)

国公立大学の総合型選抜では、出願9~10月、合格発表11~12月上旬といった入試日程が一般的です。出願条件は学校推薦型選抜より緩やかな場合が多いです。ただし、「英検などの有資格者」「全国コンテストの上位入賞者」といった条件が加わっていることもあります。

選考方法は1次：書類審査、2次：面接(プレゼンテーションも含む)・小論文といった選抜型タイプが一般的です。このほか、セミナーやスクーリングなどに出席してレポートを提出させるといったものもあります。また、基礎学力を測るために、共通テストを課す大学もあります。

総合型選抜は一般選抜や学校推薦型選抜に比べると、大学も選抜に時間をかけており、受験生側にも労力がかかります。また、出願時に提出するものも多岐にわたる場合が多く、事前準備が他の選抜以上に多いことも特徴です。受験を考える人は早い時期からの対策が必要となります。