



◆今週末から冬休みに入ります。夏休みに比べれば短いですが、来月6日まで16日間あります。その期間には、クリスマス、年賀状書きや大掃除など年の瀬・年明けを迎える準備があり、出掛けたり、友人・親戚など大勢で集まる機会も増えます。ともすれば周囲の雰囲気流されてしまいがちです。特にこれといった成果もないまま休みが終わってしまったという結果になりかねません。落ち着いて一つのことに集中するのは難しい期間ですが、自らの未来を見据えて、すべきことはするなど、計画をしっかりと立てて冬休みを有意義に過ごしてほしいと思います。今号は、センター試験に向かう3年次生へのエールと冬休みの過ごし方についてお伝えします。

■3年次生へ 勉強は大切な追い上げの時期。本番で実力を発揮するために。

来月19日・20日のセンター試験を皮切りに、21日の自己採点(ココまでがセンター試験です)、国公立大の出願校決定、私立大入試、国公立大の前期・中期・後期試験と、入試イベントが3月12日過ぎまで続きます。日本列島の各地で、個々の未来を懸けた熱い戦いが繰り広げられます。気持ちや行動は熱くしてほしいですが、頭(判断力)は冷静な状態にして戦いに臨みましょう。3年次生の皆さんには、これから猛スパートをかけ、何度も繰り返し復習をして、学力の“精度”を高めてほしいと思います。そうして得た“自信”を持ってセンター本番に臨んでください。大丈夫、頑張った人には必ず結果がついてきます。受験の神様は必ず見てくれています。「サクサク(合格)」「喜びの春」を迎えてほしいと願っています。

【センター試験の得点を最大限伸ばすために】……現役生は最後まで伸びる！ 現役生は最後には伸びる！

特編授業をセンター高得点獲得につなげるため、次の4点を心掛けてみましょう。

- ①理解、知識の精度を上げる。曖昧な理解、曖昧な知識は得点になりません。わかっているつもり、知っているつもり、では得点になりません。不正確な3つの知識よりも、確かな1つの知識のほうが合格に近づきます。何となくわかっていることを「きちんとわかる」、何となく知っていることを「きちんと知る」ところまで引き上げましょう。わかっていることを「わかっている」、知っていることを「知っている」と確認する学習を意識してみましょう。
- ②センター試験は制約(教科書レベルからの出題、マークシート方式、一定の試験時間など)があって、問題のパターンはある程度限られています。センター過去問、過去に受験したマーク模試、特編授業での演習を振り返れば、『ありとあらゆる試験問題は出尽くしている』といえます。これまで解いたマーク模試、これから特編授業で解く問題を、何度も徹底して反復することで、必ず高得点が獲得できます。
- ③今後、1月8日・9日のセンターシミュレーション、特編授業の演習、そしてセンター試験本番で、同じような問題に何度も出会うはず。復習や振り返りを徹底して反復することで、同じような問題に確実に正解できるようにしましょう。そうすることで格段にセンター得点力はアップします。
- ④センターだけでなく、国公立大の個別(二次、記述)試験、私立大入試も同様です。演習の徹底と反復で得点力はまだまだ伸びる。特に現役生は最後まで伸びます。現役生は最後には伸びる！ 頑張れ!!

【生活面】……朝型生活の維持と体調管理[健康の自己管理]を大切に

●朝型維持……入試は朝から始まります。朝型を維持するためにも、起床・朝食時間を一定にすることが大切です。気持ちの焦りから、つい夜遅くまで勉強をし、就寝時刻が遅くなりがちです。一度生活リズムが崩れると、なかなか元には戻せません。毎朝同じ時間に起きる、食事の時間を一定にするなど、規則正しい生活を心掛けましょう。

(裏面へ)



●体調管理〔健康の自己管理〕

入試の時期は1年で最も寒い頃です。ほんの小さなことでも、睡眠不足気味で疲れがたまっている体には影響を与えかねません。少し「いつもと違うな」と感じたら、時には休養することも必要です。また、軽い運動などで勉強の能率を上げることができます。気分転換や計画的な休憩をとることもおすすめです。

インフルエンザが流行する時期でもあります。こまめな手洗い、うがいを心掛け、体調管理に努めてください。予防の意味でのマスクの準備もしたいところです。熱っぽい、体がだるいなどの症状が出た場合は、無理をせずに休養してください。

■2019年度センター志願者 57万6829人 12月8日(土)朝日新聞より

大学入試センターは7日、来年1月19、20日に行うセンター試験の確定志願者を57万6829人と発表した。今年より5842人(1.0%)減った。減少は4年ぶり。大規模私立大の入学定員厳格化の影響で、浪人生を中心とした既卒者は昨年より2734人(2.6%)増加。全体の18.5%で、20.0%だった2014年以來の高さ。来春卒業する高校生の現役志願率は、過去最高だった昨年より0.6ポイント低い44.0%だった。

■2019年度センター試験 現役志願率は過去2番目の高さに 大学通信 12月12日号より

現役志願率(高校卒業見込者のうち、センター試験に出願した者の割合)は、前年より0.6ポイント低い44.0%。マイナスではあるが、過去最高となった18年に次いで、過去2番目に高い水準となった。一方、高校卒業者(浪人生)は10万6682人と全体の18.5%を占め、前年より2734人(2.6%)増加した。浪人生の増加は3年連続で、「定員厳格化」の影響により都市部の大規模私立大が難化したためだ。現役志願率が最も高い都道府県は東京都の57.0%、次いで広島県54.4%、富山県52.9%の順(茨城県は45.9%)。現役生の男女別比率は、男子が52.4%、女子が47.6%。センター試験を利用する大学は、全国公立大(国立82、公立90)と私立531大学。2018年に公立化した公立諏訪東京理科大は、前年までの私立大型入試から公立大型の入試に移行する。



■2年次生へ 高2冬は真の受験生への助走期間 “受験”に本格参戦

前号で高2冬を真の受験生になるための助走期間と位置づけ、助走に成功すれば、より遠くへ、より高く跳べることを述べました。その実践として、年明けに“受験生宣言”をしてみたいはいかがでしょうか。冬休み中にじっくり自分を振り返り、進路手帳に第一志望校とその志望理由を書いてみるのです。志望理由は受験生としての決意表明であり、自分との約束になるものです。受験生宣言が一つの契機となって、皆さんの進路意識や学習意欲が高まることを期待します。受験生としてスタートするにあたって確認しておきますが、受験勉強とは特別な参考書や問題集に手を出すのではなく、毎日の予習→授業→復習、小テスト、週末課題、考査問題や模試の解き直しなどを徹底することです。当たり前のことを当たり前に実行することこそが重要です。授業や課題など学校の学習を徹底して繰り返すことが、受験勉強の大切な一歩となります。特に「基礎の徹底」にはこだわってください。学校の学習をベースに基礎力を積み上げた者が、合格を手にかけています。

■1年次生へ 高1冬は真の高校生になる 4つの時間(起床・机に向かう・帰宅・就寝)を固定

前号で高1秋の時点で身に付いた学習習慣は高3夏まで続いてしまうことを述べました。高校入学から9か月、1年次生の皆さんも学習・生活スタイルが固まりつつある頃ではないでしょうか。そこで、この冬休みにもう一度これまでの自らの高校生活を振り返ってみてください。提案ですが、良い習慣を身につけ、真の高校生になるために4つの時間を固定することをおすすめします。朝起きる時間、学ぶため机に向かう時間、帰宅時間、寝る時間の4つを毎日ほぼ同じ時間帯に固定し、冬休み中であってもいつも通りの生活を過ごすのです。意識すれば良い習慣が身につくと思います。1年という年次は高校生としての学習・生活スタイルを身につけることが本当に大切です。