



◆師走も半ばに入り、今年も残すところ2週間余りとなりました。街中でクリスマスツリーを見る機会も増えました。3年次生は三者面談を終え、自らの志望とこれまでの学習状況を踏まえて、最終的な目標を設定し、受験校の確認を行ったところです。これからは目標に向かって最大限の努力をしていくことになります。1・2年次生の三者面談も明日から予定されています。1年次生は文理選択、2年次生は来年度のコース・科目選択が主なテーマになるかと思えます。そんな時期に進路指導部として皆さんにお伝えしたいことがあります。

■3年次生へ センター直前期……最初の関門までの38日間、受験マラソンを駆け抜ける！

センター試験が間近に迫っている3年次生の皆さんは、クリスマス気分にも浸ることなく勉強を進めましょう(友達とケーキを食べるくらいは結構かと思いますが...)。今年はスタディ・クリスマスです。クリスマスの楽しみは来年にとっておきましょう。受験シーズンの本格到来を受けて、いよいよ高校生活最後の勝負に突入します。最初の関門であるセンター試験まで38日。これから受験マラソン・ラストスパートの38日間を走るに当たって、学習面だけでなく、受験校の選定、気持ちの持ち方について、そのポイントを確認しておきます。

【学習面】……皆さんの学力の芽は始めている。頑張れ!!

マーク対策と記述対策のバランスに注意しよう。センター直前期だからと言って、2次試験対策を全くやらないのは、よくありません。2次試験対策の時間が不足しないように計画的な学習をしなければなりません。例えば、12月中は学校の特編授業でセンター対策としてマーク形式の学習をしますので、家庭では記述形式の学習をすることを勧めます。12月はマーク対策と記述対策をバランスよく学習することを心がけてほしいと思います。

【国公立大学出願の資格を大切に活用しよう】……せっかく5教科を頑張ってきたのだから。

私立大学は日程の都合がついて受験料を納めれば、一人何校でも受験ができますが、国公立大学はそうはいきません。誰でも出願できるわけではないのです。国公立大学を受験するためには、2つのカベを越える必要があります。1つは「5教科7科目を学習する」こと。もう1つは「センター試験で一定水準の得点を獲得する」こと。この2つをクリアして初めて、国公立大学出願の資格が手に入ります。手に入れた貴重な資格を大切に活用してほしいと思います。資格を活用する機会は2回(前期・後期)ないし3回(+中期)しかありません。資格を手に入れるまでの長く辛い道りを振り返れば、第1志望の国公立大学にこだわって合格を勝ち取ってください。

【メンタル面】……ストレスも味方につける。ポジティブ思考で。

適度なストレスがあるときに、人は最高のパフォーマンス、実力を発揮できるといいます。「センターまで38日」という状況を、「あと38日間でセンター試験対策も終わる。残りの時間、全力で頑張ろう?」とポジティブにとらえる人にとって、受験本番は「良いストレス」になります。「38日間しかない。ヤバイ」と焦る人にとっては「悪いストレス」になります。どのような出来事も、受け止め方や心理状態によって、良いストレスにも悪いストレスにもなり得ます。悪いストレスを良いストレスに変える心の柔軟性をもってください。不安や焦りに加え、受験生にとって年末年始はクリスマスや大晦日、お正月などがあり、精神的に辛い時期です。この時期をどのように過ごしていったらよいのか。国公立大に合格した人のアドバイスを紹介します。

・今いちばん怖いのは、焦りや不安から学習に集中できなくなることです。今から点数が急上昇、急降下することはないし、どれだけ入念な準備を積んでも、本番の日の調子や問題との相性で点数は変わります。実際に私も、本番で英語は自己ベスト、数学は自己ワーストの点数でした。試験は運の要素もかなり大きく、1科目くらい失敗しても、他の科目で補えば問題ありません。ですから、肩の力を抜いてどっしりと構えておくと (裏面へ)

よいと思います。いちばん悔しいのは、時間配分ミスやケアレスミスで実力を発揮できないことです。今までやってきたことを信じて、平常心でコツコツ学習を続けてください。

・ここからはかなりしんどいと思いますが、毎日が充実していることは間違いありません。頑張ってみると、信じられないかもしれませんが、よい思い出になったりもします。受験が良い思い出になるように応援しています。

【第一志望に向かって】……最後まで3年次生の皆さんと共に

3年次生の皆さんを応援している人はたくさんいます。1・2年次の後輩たちはもちろん、保護者、先生方、地域の方々、多くの方が皆さんを応援しています。受験勉強をしていると、弱気になったり、逃げたくなったり、志望校のランクを下げたり、苦手科目の克服が思うようにいかないなど、いろいろな困難があります。その時、逃げずに、受験勉強をしていく上で第一志望は心の支えとなります。「そんな大学は無理だ」「難しいから別の大学にする」などと決して思わないでください。頑張っ頑張っ、それでも最後、第一志望に届かないケースはあります。努力したからといって必ずしも合格するとは限りません。しかし、努力したことは人生において絶対に無駄にはなりません。努力するという経験をどんどんしてください。努力は人を成長させます。私たちは第一志望を目指して勉強し続ける3年次の皆さんのことを応援しています。

★おわりに

- ・新規のことに手を出すよりも使い込んだ教材(教科書・問題集等)で総復習を。
- ・特編演習やセンターシミュレーションの結果に一喜一憂しない。
- ・睡眠時間をしっかり確保し、徐々に朝型の学習へ移行することも大事。



■2・1年次生へ 高2冬は真の受験生への助走期間 高1冬は真の高校生になる

3年間の高校生活もすでに折り返し地点を過ぎ、最終年次のコース・科目選択を決定しなければならない時期となりました。年が明ければ、いよいよ進路決定のための「勝負の年」を迎えることとなります。高2の冬、これからの2か月は真の受験生になるための助走期間となります。助走に成功すれば、より遠くへ、より高く跳べます。

新年を迎え、センター試験まで1年を切ると、誰もが走り出します。今年の大学入試センター試験は、平成最後の年、31年1月19日(土)・20日(日)に行われます。高2生にとっては、ちょうど入試1年前(AO・推薦入試はその前から始まっています)。1月中旬までに国数英の基礎を固めておきましょう。これはとても大切なことです。そう思うだけでなく、肝に銘じ、必ず実行したいものです。

修学旅行が終わって、いきなり本格的に受験勉強を始めようとしても、それは中々難しいと感じていませんか。何事にもウォーミングアップが必要です。全力で走り出すには、その前にストレッチ、準備体操、助走期間が必要です。基礎力養成には4～5か月くらいかかります。2年の冬に、受験勉強を本格スタートできれば、3年に上がる頃には、基礎力養成が終わっているはずですから、次のステップの入試レベルの実践力養成にまるまる1年近く使えることとなります。ところが、スタートが遅れると、基礎力養成が遅れ、もしかすると3年の夏休みが終わる頃まで、基礎力養成に時間がかかってしまうかもしれません。そうなると、肝心の入試レベルのことが未消化になってしまいます。スタート時期の違いは、結果において大きな差を生むこととなります。

高2冬に“3年次0学期”集会で説明があったかもしれませんが、高3で理科・地歴の受験対策を十分にできるようにするためにも、2年生のうちに基礎力(特に国数英)を完成させておきたいところです。そうすれば、3年生になったときにスムーズに入試レベル対策に入れます。

高1秋の時点で身に付いた学習習慣は、高3夏まで続くといえます。今、目の前にある課題をきちんとこなすことが、基礎力養成になり、それが受験勉強のウォーミングアップにつながっていくのです。日々の授業、そのための予習・復習、小テスト、週末課題などの「日常の学習に真剣に取り組むこと」。これに尽きます!「なんだ、そんなことか」と思うかもしれませんが、それをやりきることさえ、実は難しいのです。必ず予習しているか。必ず復習しているか。必ず小テストの準備は行っているか。週末課題は期限を守って提出しているか。実際には“日常の当たり前学習”をこなすことでさえ大変なことなのですが、その積み重ねが基礎力となるのです。栄進生、ファイト!!