

進路だより

6月号 令和5年6月1日発行

岐阜県立岐山高等学校進路指導部

1. 毎日どのくらい学習時間の確保ができていますか

学校生活のリズムにも慣れ、中間考査の学習に励んでいるころだと思います。考査に向けて計画的に学習は進めていますか。学力の向上や、大学の合否は学習の「質×量」で決まります。これは、高校1年生でも受験生でも変わりません。

東進ハイスクールが行った調査によると、難関大学現役合格者は高校3年生の段階で、学校以外の勉強時間の平均が6時間32分だったそうです。不合格者との差は1日16分。たったの16分と思うかもしれませんが、毎日の積み重ねで考えると、年間97時間の差になります。1日たった16分の差で、合否が分かれてしまいます。だったら、少しでもできるときに学習を進めてみませんか。



また、部活動を行っている生徒も多くいますが、部活は大学受験に影響はあるのでしょうか。同じく東進ハイスクールの調査によると、部活動をしていて合格した生徒は高2の3月までに受験勉強を始めています。部活動の引退時期は高3の7~8月頃。そこまで部活動に必死に取り組んでいても、早期から両立して学習を進めることができれば、思うような結果が得られるということになります。



例年、中間考査が終わると高1・2年の生徒は、学習時間が極端に短くなる傾向にあります。中間考査で頑張った分気が抜けたり、懇談期間に入り部活動や自由な時間が増えることで、学習に気持ちが向かないのが原因かもしれません。しかし、時間をうまく使うことが学習習慣の継続に繋がります。自分の生活を見直してみましよう。

毎日の学習時間、どのくらい確保できる？

高3生 (例) 共通テストまでに、どのくらい勉強できる？ 毎日6時間32分勉強したとすると、合計約1,683時間

学校以外だと、入試までにどのくらい勉強できる？
下の空欄に自分の勉強時間を書き込んでみよう

例 2023/5/1 → 共通テスト前日2024/1/12

1学期 [] 日間	夏期 [] 日間	2学期 [] 日間	直前期 [] 日間
1日 [] 時間 [] 分	1日 [] 時間 [] 分	1日 [] 時間 [] 分	1日 [] 時間 [] 分
合計 [] 時間 [] 分	合計 [] 時間 [] 分	合計 [] 時間 [] 分	合計 [] 時間 [] 分

細切れ時間をムダにしない 『時間有効活用術』

- 机の上は常に整理整頓**
「あの資料はどこだっけ?」と机の上を探すだけでも、時間のロス。常に整理整頓をして、必要なプリントや資料をすぐに取り出せるようにしておこう。
- 移動時間は暗記タイム**
電車などの移動時間は、英単語や英熟語の暗記など短時間で区切れる学習の時間に充てよう。東進生は「高速マスター基礎力養成講座」を活用しよう。
- 机に向かったら、「すぐに」勉強を始める**
とりあえず机に向かったのはいいけれど、「さあ何から始めようかな?」と参考書や問題集をめくっているうちに、時間は過ぎていく。机に向かう前に「まずあれから始めよう」と頭に入れておけば、すぐ勉強に取り掛かることができるはずだ。
- 「なんとなく」のスキマ時間を活用しよう**
友人と待ち合わせの間の5分、授業が始まるまでの10分など、「なんとなく」のスキマ時間を有効活用しよう。東進公式スマートフォンアプリを活用したり、模試の解説を読んだり、計算問題1題を解いたりしてみよう。
- 就寝前のひと手間を惜しまない**
毎日、眠る前に次の二つのことを実践しよう。
① 今日の目標と実行結果を照らし合わせる。
② 明日やることをリストアップ&優先順位をつける。
さらに、いつも同じ時刻に起床・就寝するようにして身体のリズムを整えよう。

ムダ時間発見! チェックリスト

質問	YES	NO
1 何を勉強するかは、机についてから考える		
2 勉強机が散らかっている		
3 気づいたら勉強以外のことをしている		
4 一日のうち、学習計画を立てる時間が長い		
5 達成度はチェックしない		
6 勉強中の休憩時間は1時間以上取る		
7 いつの間にか友人とおしゃべりしている		
8 スマホで一日に何度もSNSを使用する		
9 通学・通塾の移動中はボーッとしている		
10 起床・就寝時刻は特に決めていない		

2. 6月の進路関係行事

1年生	2年生	3年生
6月2日～7日 前期中間考査		
<p>○7日(水)放課後 リサーチスタディ Micro:bitでプログラミングを体験しよう 大学の先生からプログラミングを学びましょう。初めての人向けの講座です。応用講座は7月に予定をしています。もちろん3年生の参加もOKです。</p>		<p>○7日(水)～9日(金)放課後 大学入試問題研究講座 岐大・名大の過去問を解き、早期から大学入試問題に取り組む意識を高めましょう。</p>
<p>○22日(木)ミライの選択 「どうやって進路選択するの?」選択の仕方を講演会形式で学びます。</p>	<div style="border: 2px solid yellow; border-radius: 20px; padding: 10px; background-color: #fff9c4;"> <p>進路指導室に、2024年度入試のパンフレットや要項が届き始めています。もちろん進路相談もできます。気軽に進路相談室へ来てください</p> </div>	
<p>○29日(木)7限 進路講演会 大学入試の仕組みと入試に向けて、1・2年生からできることを学びましょう。今や大学入試は「戦略」が必要です。</p>		