

進路だより

～Where there's a will, there's a way～

進路指導部 〈西高桜咲かせ隊〉

いよいよ夏季休業！



保護者懇談も終え、明日からは、いよいよ待ちに待った夏休み。とは言え、3年次生にとっては、『勝負の夏！』正念場となります。昔から『夏を制する者は、受験を制す！』と言いますが、まとまった時間がとれる最大の「自由時間」それが、夏休み。その自由時間をいかに使うか？その過ごし方で大きく変わることは言うまでもありません。苦手科目にしっかり向き合えるのも、最後のチャンスかもしれません。腰を据えてじっくりと取り組んでください。「これだけやれた」「こんなことができるようになった」「これがわかるようになった」という何か一つ『成果のある』夏にしてほしいと願っています。

1・2年次生のみなさんも同様です。この夏こそ苦手科目克服のチャンスです。受験はまだ先の話かもしれませんが、受験勉強の土台作りを今のうちからやってください。部活動や探究活動などで時間があまりないかもしれませんが、計画をしっかり立てて、有意義な夏休みにしましょう。まずは課題をしっかりやりその上で、やりたいこと、やれることを自分で探してください。

『時間は有限・努力は無限』（^ω^）

～3年次生の皆さんへ～

勉強を真剣に始めてから、結果が数値に表れるまで、最低でも3ヶ月はかかる。この夏、頑張った成果は、11～12月にやっと少し出てくるのだ。そして秋から冬の頑張りが入試本番で結実する。我慢強く勉強し続けることがいい結果を生むんだ!!

<夏休みの勉強法>

- ① 規則正しい生活リズムで！
 - ・起床・就寝時間の固定。早起きして普段日の生活リズムで。
 - ・三分法（朝・夕・夜に分けて3～4時間ずつ。深夜の勉強はやった気になるが効果薄）
- ② 計画をしっかり立てる！
 - ・ポイントを絞る。優先順位をつける。具体的に「〇〇問題集の何番」をやる。
- ③ オンとオフの切り替えをしっかり！
 - ・気分転換も大事。やるときは集中して。ダラダラ勉強はだめ。
- ④ 苦手科目はじっくり基本を！（せめて平均まで持っていければ十分）
 - ・苦手科目は時間を決めて、短期集中。
- ⑤ 軸になる（得意）科目を作れ！
 - ・これができたら言うことなし。勉強に疲れたら、得意科目でリフレッシュ。



さて、先日行った進研模試の解き直しはしましたか？できなかった問題、間違った問題の見直しは最低限しましょう。模試を最大限活用できる人は伸びます。

<夏季補習について>

★1・2年次：英・数・国の3教科 70分3コマ

7月21日（水）、26日（月）、27日（火）、28日（水）、29日（木）5日間 8：30～

★3年次：5教科 90分4コマ

7月21日（水）、26日（月）、27日（火）、28日（水）、29日（木）5日間 8：30～

8月20日（金）、23日（月）、24日（火）、25日（水） 4日間 8：30～

時間割・教室等は、担当の先生に確認してください。

空き教室は自習室としますので、活用してください。

なお、追加で受講したい場合や欠席する場合などは、担当の先生に相談してください。

※ 補習会場となる教室もあります。私物は持ち帰り、机の中は空にしてください！

6月22日（火）第7時限 1年次『R-CAPの活用法』の感想（抜粋）

・R-CAPの結果をもとに、自分の適した職業をたくさん見つけることができました。自分の性格や興味があることなどいろいろな視点から職業について考え、可能性を知ることができた。

・幅広い視野をもつことが重要だということが分かりました。「自分は文系で理系の要素がないだろう」と勝手に決めつけていたが、自分にも理系の側面があることが分かり、新たな視点で自分を見直すことができた。

・自分のやりがいやどの仕事の人に似ているかが分かった。また、自分の強みや課題が分かり、足りない所は、高校生活で身につけて行きたい。「人は見ようとするものしか見えなくなってしまう」ため、自分の可能性を狭めてしまうことが分かかってよかった。

・自分の適した職業に意外なものがあったとても参考になった。自分にあった学問では、自分では気づかないものがあり、自分が興味を持てるものを見つけることができた。

・自分には関係ないと思っていた職業にも関心が持て、気になっている職業についても細かいところまで知ることができた。文系理系どちらに興味があるのかなど、グラフで示されていてとてもわかりやすかった。

・自分が知らなかった職業や、あまり興味がなかった職業の適性度が高くてびっくりした。いろいろな職業に就いて調べて、やりがいを感じられる職業に就きたい。

また、6月29日（火）第7時限には、1年次生に『キャリアデザインから進路を考える』と題して中京大学の鳴川先生より講演していただきました。就職採用試験で問われている5つのことから、高校生活に必要なことは何か？なぜ、学ぶのか？今やるべきこと、大切にしなければいけないことなど「今、気づけてよかった」という感想が多くありました。自分の未来のために「現在の自分を変える」それは、今、この瞬間から！