

**センター試験への追い込み ～3年生～**

平成30年1月13日(土)・14日(日)に実施される大学入試センター試験まで残り50日を切りました。12月考査が終わると、3年生はいよいよセンター試験対策のマーク式問題の演習に本格的に取り組んでいくことになります。

センター試験では、「時間内に解く」「マークシートに正確にマークする」ことが求められます。自宅で学習する際も、時間を意識した演習を心がけるようにしましょう。目標時間を設定し、その8割程度の時間で解き切れるスピードをつけていくことが必要です。また、かむしゃらに問題を多く解くことよりも、1つ1つの問題を着実に理解していくことを大切にしてほしいと思います。自分が何を間違えたのかを確実に分析し、理解の穴を1つ1つ埋めていく意識が重要です。

今は、様々なプレッシャーで一番苦しいときです。そういうときは、「栄光への上り坂を歩いているから苦しいんだ」と思って、一步一步着実に歩みを進めていきましょう。

センター試験時間割

平成30年 1月13日 (土)	2科目受験 地理歴史 9:30～11:40 1科目受験 公民 10:40～11:40
	国語 13:00～14:20
	筆記 外国語 (英語) リスニング 15:10～16:30 17:10～18:10
1月14日 (日)	理科① 基礎科目 9:30～10:30
	数学① 11:20～12:20
	数学② 13:40～14:40
	2科目受験 理科② 15:30～17:40 1科目受験 専門科目 16:40～17:40

受験勉強を始めるとき ～1・2年生～

3年生はまさに受験勉強の真っ只中ですが、1・2年生の皆さんは、受験生になるのはまだまだ先だと思いませんか？

1年生は、文理選択が自分を見つめ直し、受験や進学先について真剣に考える機会になったはずですよ。

2年生は、目の前に国内体験学習が控えていますが、それが終わったらよいよ3年0学期です。非日常から日常へ生活のリズムを切り替えるこのタイミングは、自分の「日常のリズム」を見つめ直すよい機会になります。

この機会を、ぜひ「受験勉強」を始めるきっかけにしてほしいと思います。受験勉強とは、センター試験や二次試験の過去問に取り組むことではありません。毎日の普通の学習を「受験勉強をしているんだ(今やっていることが受験につながるんだ)」という意識で着実に進めていくようになることこそが、受験勉強を開始することなのです。周りの人よりも一歩先にそれを始めることが、志望大学合格への第一歩になります。

それでは、受験に向けて今からできることは何でしょうか。「受験勉強のスタートを切るための秘策」を紹介します。

①目指す進路を具体的に調べる

難易度だけでなく、その大学で何が学べるのか、まずは「知る」ことが大事。目標を定めることが第一歩。

②目標達成のためのスケジュールを組む

模試や考査の結果は自分の学力の診断表。それをもとに、「宿題だから勉強する」から「必要な学力をつけるために勉強する」への転換を。

③授業で勝負、そのための予習復習を徹底する

受験で問われる内容はすべて授業の中にある。授業を軽視した学習はもっとも効率が悪い。

「秘策」といっても、実は特別なことは何もありません。学校の授業を中心にした生活リズムを作り、それを実行するだけです。

では、さっそく実行してみましょう。そうすれば皆さんの夢は現実へと近づくはずですよ。

文理選択について、今一度考えてみましょう

2年生から文系と理系に分かれ、文系では国語や英語、地歴・公民といった科目が重視され、一方の理系では数学と理科が重視されます。一週間に学ぶ時間数も文系、理系で異なり、内容も大きく変わってきます。この文理選択が進学先を大きく左右するのみならず、その後の職業選択にも大きく影響して行くことはいうまでもありません。文理選択は、高校3年間の進路選択の第一歩です。

まだ迷っている人は、自分がもっと勉強したいと思う教科や興味・関心のあることから考えてみましょう。文理をすでに決めている人も、進路研究をさらに深め、後悔しない選択を行えるようにしましょう。だからこそ、不得意科目から逃げようとする選択や、友達に迎合して文理を選択するなどのもつてのほか。自分の将来設計をしっかりと吟味して慎重に選択しましょう。選択の際に参考になるのが、大学の受験科目で、試験科目に数学Ⅲや理科の2科目が指定されている場合は理系を選択しなくては受講できませんし、センター試験で地歴と公民の両方が課されている場合は文系に進む必要があるでしょう。

納得した進路選択ができるよう、十分な研究のうえ、周囲と相談しながら考えていきましょう。

わかっているけど勉強を始められない時の一つの方法

- ・顔を洗う。 ・ガムをかむ。 ・大声をだす。 ・コーヒーを飲む。 ・目薬をさす。
- ・好きな音楽を聴く。 ・冷やしたタオルで目を冷やす。 ・気分転換に違うことをする。
- ・一度、部屋を出る。何かを飲む。 ・ストレッチや筋トレをする。 ・少し寝てから勉強する。
- ・早く寝て、次の日に朝早起きしてやる。 ・青竹踏みや踏みながら暗記する。

これは、以前、生徒に「やる気が出ない時や眠い時に工夫していることはありますか？」というアンケートをしたときの回答です。わかっているけど、勉強を始められない時の方法を紹介します。

部屋のゴミを一つ拾い始めたら、「なんか知らないけど」部屋全体を掃除してたという経験はありませんか？「掃除をしよう」と決めてゴミを一つとったわけではないのに。「部屋の掃除をしよう」というやる気が起きるまで待っていたら、掃除の頻度はものすごく減ってしまいます。これと同じで、勉強のやる気が起こるのを待っていたら、「勉強の頻度」はものすごく減ってしまいます。簡単な行動を起こして、「なんか知らないけど勉強してた。」という状態にします。掃除の場合「ゴミを一つとる」と決めて、ゴミを一つ「だけ」拾うのは、ホントにやる気がない時にもできてしまうくらい簡単な事です。ゴミを一つとるだけですから、3秒です。目にとまったゴミを一つ拾い「始める」と、特に「やりたい」「やりたくない」と思わずとも、無意識的に二個目のゴミも拾ってしまうのです。

これと同じで、勉強でいう超カンタンな事とは、例えば「30秒勉強する。」「教科書の一行目を読む」等です。「30秒勉強して下さい。」と言われて、勉強を始めたら30秒で終われますか？5分程度やってしまうものです。30秒で良かったのに。”30秒勉強する”のは、どれだけやる気がない時にも楽勝な程、超易しい事なのです。そして30秒やると決めて、結果5分、10分勉強してしまいます。5分勉強することの力をなめてはいけません。その5分はのちの30分につながっているのです。やる気がないときに、「今日は2時間勉強する。」と決めてもやりきれないし、やり始められないのです。これだと、決めた事をできなくて自己嫌悪に陥ります。勉強を「30秒やる。」を12回やれば、10分×12で、2時間できるんです。15分ならば3時間です。そして、ミニマムの30秒×12の6分でも、決めた事を達成できているわけです。どれだけ小さい目標でも達成は達成ですから、自己嫌悪と勉強は関連づけられません。一度試してみてください。

(文責 林)

国内体験学習の挨拶を兼ねて、先月末に東京・銀座で開催された関東同窓会（参加者約100名）に参加してきました。どこに行っても人、人…。滑走路には出発を待つ旅客機がずらっと並び、数分おきに出発。日本中の人や物流が集まってくる街だということを実感します。時間の流れるスピードも鹿児島のとはいぶんならぬイメージです。

企業訪問で君たちを受け入れてくださる先輩方も、素直で純粋な後輩たちに会うことを楽しみにしてくださっていることに感謝しながら、いろんな立場の方々から貴重な話を聞くことができました。中でも、東京の受験事情に関して、私自身の勝手なイメージ（東京の高校生は遊んでいる？）を大きく変える話が聞けたので、その一部を報告します。

（全ての東京の高校生に当てはまるわけではないので、ご注意ください！）

「東京では、たいていの場合、遅くとも中学校進学の際、ある程度将来の道筋をたてたうえで学校を選択する。当然、中学受験を勝ち抜くために小学校時代から必死に勉強する。進学実績の高い高校に入学するために必死になって勉強する。厳しい受験と、受験に失敗する悔しい思いも何度となく経験しながら、自然に大学受験やその先の進路まで明確にイメージするようになる。国立・公立大学を目指す生徒、苦手教科を諦めて自分の長所を生かそうと私立大学を目指す生徒。数科目の得意科目で有名私立大学進学を考えている生徒の若干余裕がある様子が、遊んでいるように見えるのかもしれないけれども、実は放課後は予備校でさらに時間をかけて必死に頑張っている生徒も多い。」

都市部と地方との違いは、都市部の方が…① 様々な職業がイメージしやすい ② 国立・私立を問わず、大学進学の際の進路選択の幅が広い といったところか。経済的な部分も影響して、地方の場合、どうしても国立・公立大学を志望する生徒の割合が高くなる。本校でも9割以上の生徒が国立・公立大学進学を志望しているため、まずはセンター試験を乗り切るために、不得意教科をなくしたうえで総合力を身につける学習がメインになる。しかし、2次試験は自分の得意教科での勝負になるわけで、先日のJAXAの福森先生の話にもあったように、自分の強みをどうやって生かしていくのかという視点が必要になってくるのだが、残念ながら、本校生の多くはこの部分の意識が低い。

先日の学年別朝礼の中で、「周囲への感謝・早い時期での目標設定・いかに社会貢献していくかという視点、早く受験生になることの大切さ」といった進路選択・目標設定という観点からの話を上田先生がされた。54期生全員が受験生という意識を持って、勉強に取り組んでいると思うが…。漠然と勉強しているだけの生徒はいないか？

私立の大学を目指せという気持ちは全くない。得意教科だけに絞った学習はリスクも伴うし、受験に必要なレベルにまで引き上げるにはかなりの時間を要する。1つの教科はそれぞれが独立しているわけではなく、密接に関係がある。実際、不得意教科が克服できたことによって得意教科がさらに伸びてきた…なんていう例はいくらでもある。苦手教科から逃げずにしっかり向き合っ、苦しい思いをしている生徒の方が大きく伸びる可能性は間違いなく高い。

君たちに意識してもらいたいのは、全国の受験生がそれぞれの明確な目標に向かって、かなり早い段階からたっぷり時間をかけて必死に頑張っているということ。そして、本気で大学進学を考えているのであれば、自分の長所を最大限に生かすために、3年生に進級するまでの限られた時間のなかで、じっくり腰を据えて、君たち一人一人が何をすべきかといった課題を意識した学習に取り組むべきだということ。

ここ数年、浪人をしてでも第一志望の大学にとことんこだわる受験生は増加傾向にある。できれば現役で合格したいというのは受験生全員に共通する思い。しかし、国立・公立大学ならどこでも…という、大学で何を学ぶのかという視点が不明瞭なまま進学していくことだけは避けたい。

就活の売り手市場は東京五輪の2020年までは続くだろうと言われてはいるが、君たちが就活を迎える4年ないしは6年後、「貴社のためならどんなことでも…」といったやる気だけを漠然とアピールする学生ではなく、「自分の長所を生かすことで貴社にどのようなメリットがある」という具体的な「売り」を持つ学生であって欲しいと切に願う。

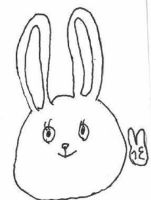
試験当日私は輝く！！

「私は虎、あなたは？」すると、「私はうさぎ年」と返ってきそう。これは干支の話ではなく、占いの話である。

・・・周囲を見渡すバランス感覚、笑いながらきつい一言、「自分が正しい」という思い込み・・・当たっている？・・・か？「人間まるわりの動物占い」による私の性格で、20年ほど前に大ブームを巻き起こした占いである。



「私は虎」



「私はうさぎ年」

最近、この占いがさらに細分化し、12パターンから60パターンへとバージョンアップした「大人の動物占い」となって再登場していることがわかった。

それによると、「私は虎でパープル」・・・頼りがいがあるキャラ、最後までやりきる忍耐強さ、無謀な挑戦をして失敗する恐れはありません・・・私の性格もバージョンアップしていた。それとも、20年も経てば性格も変わるということか。

「動物占い」以外にも、数え切れないくらいたくさんの占いがある。そんないろんな占いを見てみんなも一喜一憂したりすることはあると思う。このことは、模試の結果を見て同じようになっていることに似ているようにも感じる。

模試の結果を見て元気が出たり、落ち込んだりする姿がよく見られる。確かに結果は結果として受け止めなければならない。

この進路便りが発行される頃には、今年の流行語大賞が発表されているだろう。もう年の瀬がすぐそこまで近づいている。センター試験まで残り40日あまり・・・ガンガン追い込んでいくのは今から。まさにここからが正念場だ。

それとは裏腹に、「心が折れた」・・・最近よく耳にする。受験勉強に対する集中力を切らさずに、やる気を持ち続けることはなかなか大変なことだというのはわかる。不安な気持ちに押しつぶされそうになる弱い気持ちを乗り越えるための一番の近道は、やはりコツコツ地道に努力を重ねていくことしかない。



あとは前向きな気持ちを持ち続けること。やる気をアップさせ、モチベーションを持ち続けること。そして、自分を信じること。思い込みも時には大事である。

空前絶後の集中力で、35億の単語を覚える。そうすれば「私は神ってる。受験の神様が舞い降りて、試験当日私は輝く!!」となろう。心折れることなく、それぐらいの気持ちを持って自分の進路実現のため、突き進んでいこう。