

**センター試験直前! ～3年生～**

大学入試センター試験まで2週間余りとなりました。近づく本番に備え、53期生は最後の追い込みに全力で取り組んでいます。

これからの大切な一日一日をどう過ごすか。大事なことは、やるべきことをとことんやり、**最後の最後まで粘る**ということです。パック模試等で伸び悩む点数に不安も大きいと思いますが、今までの積み重ねで、これまでにない理解力・集中力をもっているこの時期は、これまでにない最高の効率で勉強することができます。本番までの日数だけ見ると残り少ないですが、だからこそまだ伸ばせる力はあるのです。あきらめず、最後まで走り抜いて欲しいと思います。

ここで、この時期に気をつけて欲しいことを2点挙げておきます。

1つ目は、**体調を整える**ことです。センター試験当日にベストコンディションで臨むために、今から生活のリズムを崩さないように気をつけましょう。年末年始の時期も、夜はちゃんと寝て、朝はちゃんと起きて動き出す。試験がある時間帯に、脳みそをフル回転させることができるような生活リズムを徹底して保てるようにしましょう。

2つ目は、**持っている力を出し切る**ことです。せっかく勉強して地力をつけても、つまらないミスや勘違いで点数を落とすと何にもなりません。これまで受けてきた考査や模試を見直し、自分のミスの内容を確認して、どうすれば本番でこのミスが防げるのか、対策を練っておきましょう。

(ミスをしないように気をつけるだけでは限界があります。人間はミスをするものだという気持ちで、いかに時間内にミスに気付いて修正することができるか、という視点で対策を考えることが大切です。)

あと16日(12月28日現在)。53期生が頑張る姿を、保護者はもちろん、後輩である1・2年生、そして先生方も一緒に応援しています。頑張ってください。

進路目標を明確に ～1・2年生～

受験を1・2年後にひかえた2年生・1年生の皆さんは、今の段階で、自分の進路目標をどれだけ具体的に言えるでしょうか。大学入試に限れば、進路に関する意識の差が合否に大きく影響するため、早期の目標設定が必要です。

年末年始は、日頃なかなか会わない親戚や知人とゆっくり話をする機会も増えると思います。さまざまな分野の職業の体験談や、大学の話など、そういうときに聞く話の中には自分の進む道を考えるきっかけになることがたくさんあります。ぜひ積極的に情報を収集し、この冬休みに進路目標をより明確にできるようにして欲しいと思います。

進路目標が明確になると、対外模試に向けての心構えが変わってきます。

1・2年生のみなさんは、約1ヶ月後に本年度3回目の対外模試を控えています。模擬試験は、進路目標を達成するための大切なツールです。全国レベルでの自分の学力の状況を正しく把握することで、ここまで頑張ってきた勉強の進み具合が、自分の目標に対して足りているのかどうかを確認しなければなりません。また、自分の弱点を把握し、次の模試までの半年間で伸ばすべき科目や分野を確認することも大切です。

1年生は1月20日(土)のみ、国語・数学・英語3教科の試験。高校入学後の積み重ねの成果がどの程度なのか、2年生になる前に自分の学力の位置を知るための模擬試験です。

2年生は1月20日(土)、21日(日)の2日間。5教科、しかも国語・数学・英語は200点満点になり、3年生と同様の配点と試験時間で実施されます。1年後にセンター試験の受験を控えたこの時期に、自分の学力がどの程度なのかを知るための模擬試験です。

模擬試験を最大限に利用して、夢実現につなげましょう。1・2年生ともに、モチベーションを強く持って受験してほしいと思います。

入学式がついこの間のように感じる。君たちが鹿中央高生となりやがて1年。時の経つのは早い。最近はずいぶん学校生活にも慣れた様子。慣れてくると人間とかく「ダラン」となりがちだが、君たちはどうですか？

しかし1年生は相変わらず挨拶も元気よくするし、先日の大掃除も時間まで一生懸命する姿が見られた。また、校長先生からも全校集会時の集合の良さを褒めて頂いた。これからも、これらのことがしっかりできる1年生であって欲しいと思う。

京都賞講演会雑感

11月16日、京都賞受賞者講演会があった。2限まで授業を受けて宝山ホールへ移動。その後、国内外の著名な先生方3名の講演を聴く機会に恵まれた。「通訳機」なるものを使うのも初めてであったし、あまりに高度な講演内容に理解がついて行けず、苦勞した人たちも多かったことだろう。

さて、今回の講演会は稲森財団のご厚意で講演会にご招待頂いたわけだが、君たちも知っているとおおり、あの会場にいたのは、その多くが県内の高校生であった。しかし、かの「L高校」の生徒であっても講演の中身を完全に理解するのは難しいと思われるような講演に、なぜ1000名近い高校生が招待されたのか考えた人はいますか？

僕は、君たちの持つ「可能性」がその答えだと思う。あの先生方も、失礼ながら高校時代は君たちと同じ「普通」の高校生だったと思う。しかしそのお三方が大きな功績をあげるに至ったことを思うと、君たちの中にも今後人類の発展に大きく寄与する人が出てきても全然不思議ではない。君たちみんなにその可能性がある。そして、その先生方のお話を聴くことが何かのきっかけになればとの思いでご招待頂けたのだらうと考えている。そこまで大げさでなくても、学問の「奥深さ」や各先生方の専門分野へかける「情熱」を感じ取ることができただけでも、君たちにとっては収穫だったのではないだろうか。それにしても、何か「事を成した」人の話を聴くのは、必ず何か得るものがあると思ったことでした。

宅習の習慣化

このことは、4月からこの進路便りで続けて言ってきたことだが、家での学習はもう習慣化しましたか。

後期中間考査については成績も既に出ていることだが、成績が不本意だった人は単に点数の善し悪しだけを反省するだけでなく、普段の学習に臨む姿勢もしっかり反省して欲しい。中には、「部活が忙しいから勉強ができない。」などと言い訳している人はいませんか。でも、君たちの先輩を見ても、日々の忙しい学校生活の中でしっかり（短時間であっても）宅習の習慣化がちゃんとできた人たちが、（当然だけれども）自分達の進路を実現しているのですよ。平日が忙しい人たちは、ぜひ週末の時間の使い方を工夫してみて。宅習時間調査を見ても土曜日曜は学習にもっと時間がかけられるはず。「勉強するのは当たり前」です。

進路選択について

「文理選択」については、自分でもじっくり考え、担任・教科担の先生との面談や保護者との話し合い等を通じて、多くの人たちがすでに答えを出していることと思う。前回の学年集会でも話があったが、目先の「学習内容が難しそうだからこの科目は取りたくない／この系には進みたくない」といった考え方ではなくて、将来の進路・適性を見極めた上で自分に最も合った道を選択してほしいということ。そして納得した上で、最後は「自分で」決める。本調査の締切は来年1月9日（火）です。

さて「文理選択」のあと、今度は具体的に「どの大学のどの学部・学科に進むか。」ということをしっかり考えてもらいたい。まだまだ大学のことを詳しく知らないという人も多いと思うが、もう2年後は君たちが受験する番ですよ。今のうちからしっかり大学の研究を進めて行きなさい。大学によって受験科目や配点が違うのでそこまでしっかり見極めること。そのうえで早急に「第一志望校」を設定すること。

最後に、その設定で一番大事なこと。「目標はできるだけ高く設定する。」人は目標があってはじめて、それに向かって頑張れるものだし、目標に向かって学力が大きく伸びる可能性がある。君たちは「ダイヤモンドの原石」だ。がんばれ！

トップアスリートの共通点

僕は大人になったら、世界一のサッカー選手になりたいと言うよりなる。世界一になるには、世界一練習しないとダメだから、今、僕は頑張っている。今はヘタだけ頑張って必ず世界一になる。そして、大金持ちになって親孝行する。Wカップで有名になって、セリエAに入団します。そしてレギュラーになって10番で活躍します。世界中のみんなが注目するWカップに出場します。ブラジルと決勝戦をし2対1でブラジルを破りたいです。兄と力を合わせ、世界の強豪をうまくかわし、いいパスをだし合って得点を入れることが、僕の夢です。

僕の夢は一流のプロ野球選手になることです。そのためには全国大会に出て活躍しなければなりません。活躍できるようになるためには練習が必要です。僕は3才の時から練習を始めています。3年生の時から今までは365日中360日は激しい練習をやっています。だから、一週間で友達と遊べる時間は5、6時間です。そんなに練習をやっているのだから、必ずプロ野球選手になると思います。そして、その球団は中日ドラゴンズか、西武ライオンズです。僕が一流の選手になって試合に出られるようになったら、お世話になった人に招待券を配って応援してもらおうのも夢の一つです。とにかく一番大きな夢は野球選手になることです。

2年後…中学2年生、日本アマチュア選手権出場。3年後…中学3年生、日本アマチュア選手権（日本アマ）ベスト8。4年後…高校1年生、日本アマ優勝、プロのトーナメントでも勝つ。6年後…高校3年生、日本で一番大きなトーナメント、日本オープン優勝。8年後…20歳、アメリカに行って世界一大きいトーナメント、マスターズ優勝。これを、目標にして頑張ります。最後のマスターズ優勝は僕の夢です。みんな（ライバル）の夢も僕と同じだと思います。みんなが一生懸命練習しているなら、僕はその倍、一生懸命やらないとだめです。「もっとあのときにこうしていれば…」とか後悔しないようにゴルフをやっているように思います。僕の将来の夢は世界一強くて、世界一好かれるプロゴルファーになることです。

上から、「本田圭佑」「イチロー」「石川遼」の小学校時代の作文（一部抜粋）です。3つの作文の共通点は何か？

共通点 その1 『未来の明確なイメージ』

未来の姿を明確にイメージしているという点。自分の夢を曖昧にせず、「いつ、どこで、どうなっているのか」を明確にリアルに描くことにより、意識を集中させ、自分のエネルギーをどこへ向かわせればいいのか？を明確にしている。

共通点 その2 『未来からのブレイクダウン※』

※ 上位の目標を下位に展開していくときの1つの方法

明確なゴールを描いた後、『そのゴールに辿り着く為にどんなステップを踏むべきか？』『今何をしなければいけないのか？』『どれくらいの量をこなさないといけないのか？』を明確に描いている。具体的な段階のステップがあるからこそ、**自分の夢にどれだけ近づいているか？**ということを理解でき、自分のモチベーションを保つ事ができる。

共通点 その3 『達成の為の戦略の設定』

段階を描いたら、**その階段を確実に上る為に何をすれば良いのか？**を徹底的に分析する。こうやったらこの階段を確実に登れる！あとは、ただやるだけ！ここまで落とし込みが出来ていると夢の階段が上れます。

共通点 その4 『ただ、やり続ける』

あとはひたすら、没頭して、何も考えず、決められた道のりをやり切る！何百回、何千回とやり切る！その道の専門家になるために必要な時間を計算した研究者によると**1万時間その分野に費やすと誰もがその分野で一流になれる！**という共通点があるそうです。（1万時間＝417日）多くの人が1万時間費やせない多くの理由が、やる前から悩み、何も決めず、分析もせず、迷い続けている間に時間が過ぎていく。**迷う暇があれば、まずやってみる！**

共通点 その5 『喜んで貰う人を決める。』

最後に、夢を叶える人達の共通点として、「**その夢を叶えたら誰が喜ぶのか？**」という対象が明確で、**誰に恩返しするか**という**循環をさせる意識**を持っている。自分だけが嬉しい…ではエネルギーが枯渇する。でも、自分を応援してくれる対象が多い人ほど夢にかけるエネルギーが増え、モチベーションが継続するのかもしれない。

君たちには夢がある。その夢を実現するために現段階で足りない部分はどこか？

～夢が叶わない人の3つの理由～ ⇒ **(1) 夢、目標の迷い (2) 夢を実現するステップ(それをどう登るか)の迷い**

本当に自分の夢を本気で叶えるというのであれば、ただ、漠然と想うのではなく、将来の自分を思い描きながら、具体的に徹底的に分析をし、あとは、ただ、徹底的にやる！！やる！！やる！！の繰り返しです。

国内体験学習お疲れ様でした。思いっきり楽しんだでしょうか。素晴らしい思い出、経験を残された高校生活の糧にして、君たちの夢を実現するために全精力を傾けよう！ガンバレ54期受験生諸君！

冬来たりなば春遠からじ

冬季補習授業が終わると平成29年も残り僅かとなり、今回だけは世間とは全く無縁な年末年始を受験生として過ごせば、いわゆるお正月も終わる。もうグズグズも言っていないであろう。4日は木曜日。いつもの登校と、いつもの学校生活と、いつもの受験勉強の日々であり、少なくとも月曜まで復習やら訂正やらで休むことはできない。しかも、まだ若干お正月気分の残る「成人の日」以降の数日間は、目もくらむような試練の日々＝「当たり前の日々」が延々と横たわっている。そう考えると、受験生というものは「ゴールが見えている」というだけでもまだ気楽である。

センター試験があって、自己採点にセンターリサーチで右往左往して、その後には私大入試が続き、第1志望校の入試があり、合格発表で一喜一憂すれば、それでおそらく受験生を卒業できる。センター試験直前だからと言ってそんなに緊張してブルブル震えていなくとも、救いの手はカレンダーが必ず差し伸べてくれる。始まりのゴングは容赦なく鳴るが、終わりのゴングも鳴る。それほど大きな救いはないのだ。いったん社会に出れば、「終わりのゴングは鳴らない」という恐るべき日々が始まる。「倒れて死ぬまでゴングは鳴らない」「ゴングが救ってくれることを期待できない」というオトナの世界に比較すれば、受験生の戦いなど気楽なものである。ここは大いにリラックスして、ゴングとともに一気に駆け抜けようじゃないか！戦いはここ2ヶ月くらいで終結するんだから…

今年の冬は例年になく寒いようで、受験生諸君は好運である。妙に生暖かい冬の受験は、もしここに清少納言がいたら「ゆるくぬるびもてゆく」で「わろし」と判断するに違いない。やっぱり「冬はつとめて」であって、強烈な寒さの中、みんなで励まし合いながら受験会場に向かう早朝の、身も心も引き締まる緊張感がいい。「いよいよ今日だ」という朝、まだ暗い午前5時、ストーブの赤い炎が目にも暖かい。受験票を確かめ、筆記用具を確かめ、「会場に持参する」と前から決めておいたカードやノートを確かめて、お弁当をカバンに入れる。家族や先生方も目が血走って、受験生本人よりもずっと固くなりながら「緊張するなよ」「あがるなよ」「全力を尽くせ」「失敗を恐れるな」と、分かりきったアドバイスをする声が、思わずひっくり返ったりする（笑）。いろいろツツ込みを入れたくなる気持ちをグッと抑え、「うん、大丈夫」とだけ低く自分に言い聞かせて受験場へと急ぐ。強烈な寒風が顔に吹きつけて、使い捨てカイロをふと握りしめる。「おそらく、この朝のことは一生忘れないだろうな」と思うのは、こういう瞬間でなのである。

「寒い冬の受験生が好運だ」と心の底から信じている。これから先も体調管理に留意して、大いに充実した幸せな時間を過ごそう。

